



Universidade do Minho

Instituto de Educação

CARLA SOFIA RIBEIRO E CUNHA

**ANIMAÇÃO TEATRAL E TERCEIRA IDADE:
CONTRIBUTOS PARA UM ENVELHECIMENTO ATIVO**

Tese de Mestrado em Animação Teatral

Trabalho efetuado sob orientação da

Professora Doutora Maria Anjos Flor Dias

Abril de 2012

É AUTORIZADA A REPRODUÇÃO INTEGRAL DESTA TESE/TRABALHO APENAS PARA EFEITOS DE INVESTIGAÇÃO, MEDIANTE DECLARAÇÃO ESCRITA DO INTERESSADO, QUE A TAL SE COMPROMETE;

Universidade do Minho, ____/____/____

Assinatura: _____

Agradecimentos

Este projeto nasce de uma paixão antiga pelo valor educativo e transformador do teatro...Sonhei em tempos ser atriz, viver do teatro, expressar toda a minha criatividade e potencial em cima de um palco... Porém, a vida levou-me a outros palcos...Neles e graças a eles fui redefinindo o meu projeto de vida pessoal e profissional...Percebi que a minha vontade de intervir social e culturalmente, de induzir as pessoas para a ação, provocar mudanças nas suas vidas...este sim... seria o caminho!

E a coragem de assumir e seguir um sonho trouxe-me até aqui!

Um agradecimento à vida...

À minha querida orientadora Doutora Maria dos Anjos Flor Dias...Neste percurso longo e moroso, o seu apoio e disponibilidade foram incansáveis...Longas horas de debates, trocas de pontos de vista e opiniões, algumas partilhas... Um agradecimento especial...

Aos meus pais, por me terem ensinado a acreditar que tudo, mas mesmo tudo, é possível! Basta acreditar e ter a força e a coragem de seguir os nossos sonhos... Um agradecimento do tamanho do seu amor...

Ao Miguel, pelas horas infindáveis de paciência, carinho, disponibilidade, apoio e incentivo...Estiveste sempre lá. Obrigada por fazeres parte da minha vida...

À minha querida amiga Jacinta...Uma pessoa essencial na formação do meu carácter! As suas palavras sábias encheram, muitas vezes, de esperança o meu espírito... A distância de anos que nos separa jamais será superior ao carinho e amizade que nos aproxima... Um agradecimento muito grande...

Aos seniores que participaram neste projeto com quem aprendi que, independentemente da idade, o ser humano pode e deve viver o seu “tempo da vida” com qualidade e bem-estar...Porque...“velhos... são os trapos!” Um obrigada muito, muito especial...

A todos os colaboradores da Instituição X que, de alguma forma, tornaram este projeto possível... Um agradecimento a todos, especialmente à coordenadora do Projeto *+SaúdArte* pela sempre disponibilidade e apoio em todos os momentos deste projeto...

Ao Sr. Rocha pelas palavras sábias nas longas horas de viagem...e por todo o apoio...Obrigada...

Aos amigos Rui e Susana que acompanharam de perto as dificuldades e conquistas desta longa caminhada com carinho, apoio e amizade...Obrigada por continuarem a fazer parte da minha vida...

À diretora, colegas e amigos da escola E.B. 2 e 3 do Viso pela paciência, compreensão e palavras de incentivo durante este processo...Um obrigada muito grande.

A todos os que, de alguma maneira, me apoiaram para e durante a realização deste projeto e que acreditaram que eu era capaz...Obrigada.

A animação teatral e a terceira idade: contributos para um envelhecimento ativo

Resumo

A diminuição das taxas de natalidade associada ao aumento da esperança média de vida tem provocado a inversão das pirâmides etárias em todo o mundo. Este aumento do número de pessoas idosas coloca às sociedades desafios de ordem económica e social. Impõe-se assim aos diversos estados e à sociedade, a adoção de medidas de combate à exclusão e solidão a que os idosos estão sujeitos, sobretudo após a saída do mundo laboral.

A animação teatral, uma disciplina com uma dimensão educativa, artística, social e cultural, pressupõe dotar as pessoas de mecanismos para saírem da sua passividade e agirem sobre as suas próprias vidas, promovendo a socialização e o convívio entre estas, bem como a aquisição de novos conhecimentos e competências, inserindo-se numa perspetiva de educação ao longo da vida. E, nesse sentido, poderá contribuir para um processo de envelhecimento ativo.

O nosso projeto de pesquisa teve, pois, como meta fundamental tentar compreender o contributo da animação teatral para o processo de envelhecimento ativo das pessoas idosas. Seleccionamos para o efeito uma Instituição da cidade de Braga com valências direcionadas para o atendimento ao idoso.

A natureza compreensiva da investigação levou-nos a convocar o estudo de caso como metodologia privilegiada. Os dados foram recolhidos através do diário de bordo e da observação participante, do inquérito por questionário e da entrevista semiestruturada de grupo.

A análise e discussão dos resultados permitiram constatar que o projeto de animação teatral que implementamos contribuiu para: fomentar e reforçar a participação ativa dos seniores; melhorar o seu bem-estar físico, mental e psicológico; estabelecer e consolidar relações; transmitir a sua herança cultural e expressar um sentir individual e coletivo; melhorar a sua forma de comunicar e expressar e adquirir novos conhecimentos.

Palavras-chave: Animação teatral; animação sócio-cultural; educação ao longo da vida; atelier de teatro; teatro de memória; idosos; pessoas idosas; seniores; envelhecimento; velhice; terceira idade; envelhecimento ativo; qualidade de vida; bem-estar.

Theatrical activities and the elderly: contributions to active ageing

Abstract

The decrease of birth rates associated with the increase of average life expectancy has led to the inversion of age pyramids all over the world. The growing number of older people presents economical and social challenges to our societies. Therefore, the society and the various countries must take measures in order to fight exclusion and solitude. These are problems that the elderly face everyday, especially after they retire.

Theatrical activities, a subject area with educational, artistic, social and cultural dimension, aim to provide people with mechanisms that will enable them to break out from their passivity and to take control of their own lives, through socialisation and interaction between them as well as acquisition of new knowledge and skills. These activities are part of lifelong learning. They will therefore lead to a process of active ageing.

Then, the essential goal of our research project was trying to understand the contribution of theatrical activities to the process of active ageing of older people. To do so, we have chosen an institution located in Braga, which is specialized in elderly care.

The comprehensive nature of the study required us to use the case study as the preferred methodology. The data were collected through the logbook, the participant observation, the survey questionnaire, and the semistructured interview.

The analysis and discussion of the results allowed us to find that our project of theatrical activities has helped to: foster and strengthen the active participation of senior people; improve their physical, mental and psychological well-being; establish and consolidate relationships; pass on their cultural heritage and express an individual and collective feeling; improve their way of communicating and expressing themselves and acquire new knowledge.

Keywords: theatrical activities; sócio-cultural activities; lifelong learning; workshop on theatre; memory theatre; elderly; older people; senior people; ageing; old age; active ageing; quality of life; well-being.

ÍNDICE

Agradecimentos	iii
Resumo	v
Abstract	vii
Índice	ix
Lista de Abreviaturas/Siglas	xii
Índice de Figuras	xiii
Índice de Quadros	xiv
Índice de Anexos	xv
INTRODUÇÃO.....	1
CAPÍTULO 1. ENVELHECIMENTO E POLÍTICAS SOCIAIS	7
1. PERSPETIVA GERAL SOBRE O ENVELHECIMENTO	8
1.1. Envelhecimento, velhice, terceira idade, idoso: mudanças conceptuais no campo	8
1.2. Envelhecimento em termos demográficos	11
1.3. Envelhecimento em termos biológicos, psicológicos e sociais	15
2. POLÍTICAS SOCIAIS RELATIVAS À PROBLEMÁTICA DO ENVELHECIMENTO	17
2.1. Políticas mundiais e internacionais - Da I Assembleia Mundial de Viena (1982) à II Assembleia Mundial de Madrid (2002)	17
2.2. Políticas nacionais	21
CAPÍTULO 2. ENVELHECIMENTO ATIVO E QUALIDADE DE VIDA: O PAPEL DA EDUCAÇÃO, DA ANIMAÇÃO SÓCIO-CULTURAL E DA ANIMAÇÃO TEATRAL	25
1. ENVELHECIMENTO ATIVO	26
2. QUALIDADE DE VIDA	28
3. GERONTOLOGIA EDUCATIVA E O DIREITO À EDUCAÇÃO PERMANENTE	31
4. ANIMAÇÃO SÓCIO-CULTURAL E TERCEIRA IDADE	33
5. ANIMAÇÃO TEATRAL E TERCEIRA IDADE	34
6. “TEATRO DE MEMÓRIA” COM PESSOAS IDOSAS	37
CAPÍTULO 3. OPÇÕES, FUNDAMENTOS E PERCURSOS METODOLÓGICOS	45
1. OPÇÕES E FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS	46

1.1. Opções Metodológicas	46
1.2. Abordagem metodológica.....	47
1.3. Objetivos e Questões da Investigação	49
2. CONTEXTO E SUJEITOS DA INVESTIGAÇÃO	50
3. PROCEDIMENTOS E INSTRUMENTOS DE RECOLHA E ANÁLISE DE DADOS	51
3.1. Inquérito por questionário	51
3.2. Diário de bordo/notas de campo.....	52
3.3. Entrevista semiestruturada de grupo	53
3.4. Observação participante	55
3.5. Análise de conteúdo	55
CAPÍTULO 4. ATELIER DE TEATRO: UMA PROPOSTA DE INTERVENÇÃO.....	59
1. DESENHO DA PROPOSTA DO PROJETO DE INTERVENÇÃO.....	60
2. IDENTIDADE, FINALIDADES E NATUREZA DO PROJETO.....	61
3. ANTECEDENTES E JUSTIFICAÇÃO	62
4. OBJETIVOS.....	63
4.1. Objetivos gerais.....	63
4.2. Objetivos específicos	63
5. CARACTERIZAÇÃO DO CONTEXTO.....	64
6. CARACTERIZAÇÃO DO GRUPO	65
7. IMPLEMENTAÇÃO DO PROJETO.....	67
7.1. Fase protocolar	68
7.2. Fase grupal.....	69
7.2.1. Diagnóstico de interesses, necessidades e expectativas dos participantes	70
7.2.2. A aproximação e criação do grupo.....	71
7.2.3. A evocação e partilha de memórias	73
7.2.4. A aproximação à linguagem teatral.....	74
7.2.5. A ida ao teatro: espetáculo “A Bela Adormecida”	90
7.2.6. “E se fizessemos teatro?”	90
7.2.7. Devolução do trabalho realizado	92
7.3. Fase criativa	92

7.3.1. Seleção de temas	93
7.3.2. Debate e improvisação coletiva sobre os temas selecionados/Construção do texto	94
7.3.3. Montagem e finalização das cenas	100
7.4. Fase expansiva	101
8. AVALIAÇÃO DO PROJETO	102
CAPÍTULO V. APRESENTAÇÃO, ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	119
1. PARTICIPAÇÃO ATIVA	120
2. IMPLICAÇÕES DO ATELIER DE TEATRO NA VIDA DOS PARTICIPANTES.....	121
3. BEM-ESTAR FÍSICO, MENTAL E PSICOLÓGICO	122
4. SOCIALIZAÇÃO POSITIVA E CRÍTICA	128
5. MEMÓRIAS: TRANSMISSÃO DE UM SENTIR INDIVIDUAL E COLETIVO E DA HERANÇA CULTURAL	130
6. MELHORIA DA COMUNICAÇÃO E EXPRESSÃO	132
7. AQUISIÇÃO DE NOVOS CONHECIMENTOS E APRENDIZAGENS	132
8. ESTRATÉGIAS DE RESOLUÇÃO DAS DIFICULDADES ENCONTRADAS	134
9. PERSPETIVAS FUTURAS E SUGESTÕES.....	136
CONSIDERAÇÕES FINAIS	138
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	142
LEGISLAÇÃO CONSULTADA	154
ANEXOS.....	155

LISTA DE ABREVIATURAS/SIGLAS

ASC - Animação sócio-cultural

AT – Animação teatral

CAD - Centro de Apoio a Dependentes/Centro Pluridisciplinar de Recursos

CCE - Comissão das Comunidades Europeias

FORHUM - Formação de Recursos Humanos

INATEL - Instituto Nacional para Aproveitamento dos Tempos Livres

INE - Instituto Nacional de Estatística

OIT - Organização Internacional do Trabalho

OMS - Organização Mundial de Saúde

PAII - Programa de Apoio Integrado às Pessoas Idosas

PILAR - Programa de Idosos em Lar

SAD - Serviço de Apoio Domiciliário

STA - Serviço Telealarme

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 – Pirâmide etária mundial, 1950	12
Figura 2 – Pirâmide etária mundial, 2010	12
Figura 3 – Pirâmide etária mundial, 2050	13
Figura 4 – Pirâmide etária, Portugal, 1991-2001	13
Figura 5 – Pirâmide etária, Portugal, 2001-2009	14
Figura 6 – Pirâmide etária, Portugal, 2050	14

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1 – Cronograma Atelier de Teatro	67
Quadro 2 – Desenvolvimento do processo protocolar	68
Quadro 3 - Dinâmicas de grupo/ jogos de apresentação e desinibição	72
Quadro 4 – Exercícios de evocação e partilha de memórias	73
Quadro 5 - Exercícios de exploração e consciência do espaço.....	74
Quadro 6 - Exercícios rítmicos	76
Quadro 7 - Exercícios de relaxamento	77
Quadro 8 - Exercícios de expressão corporal	79
Quadro 9 - Exercícios de articulação, dicção e projeção de voz.....	80
Quadro 10 - Improvisações e dramatizações.....	82

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo I – Projeto + <i>Saúdarte</i>	156
Anexo II – Inquérito por questionário.....	161
Anexo III – Entrevista semiestruturada de grupo.	164
Anexo IV – Exercício “Caixa das Lembranças”.	167
Anexo V – Retalhos de memórias.....	168
Anexo VI – Histórias populares: “O menino, o velho e o burro” e “A Barca Bela”	175
Anexo VII – Transcrição da 1ª improvisação “Quem com ferros mata com ferros morre”.	176
Anexo VIII – Transcrição da 2ª improvisação “Quem com ferros mata com ferros morre”.	183
Anexo IX – Improvisação das histórias: “sardão”, “chaves da vizinha”, “minissaia”.....	186
Anexo X – Guião final “Pedaços de Nós”.....	187
Anexo XI – Guião Cenografia/ Sonoplastia.	204
Anexo XII - Lista de guarda-roupa/adereços.....	210
Anexo XIII – Convite e ficha técnica espetáculo “Pedaços de Nós...”	212
Anexo XIV – Quadro-resumo diário de bordo.....	213
Anexo XV – Grelha de análise entrevista semiestruturada de grupo	230

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas tem-se assistido a um aumento vertiginoso do número de pessoas idosas em todo o mundo. Em Portugal este número é atualmente muito superior ao dos jovens. Segundo diversas projeções (Carrilho & Gonçalves, 2007; Wilson, 2009) prevê-se que em 2050, a população idosa seja equivalente a cerca de um terço da população do continente e ilhas. Diversos fatores concorreram para este aumento, nomeadamente, os avanços na saúde e na ciência, que contribuíram para elevar a esperança média de vida o que, associado à redução das taxas de mortalidade e das taxas de natalidade tem vindo a provocar uma forte assimetria nas pirâmides etárias.

Daí que a partir dos anos 70, vários acontecimentos tenham vindo a marcar pela positiva as políticas sociais relativamente aos seniores, dos quais se destacam, pelo seu alcance social, as I e a II Assembleias Mundiais do Envelhecimento, em 1982 e em 2002 respetivamente, a aprovação dos Princípios das Nações Unidas para as pessoas idosas, em 1991, a Proclamação sobre o Envelhecimento, no mesmo ano, e a comemoração do Ano Internacional das Pessoas Idosas, em 1999.

As agendas aí propostas denotam uma preocupação crescente em salvaguardar os direitos das pessoas idosas, promovendo a sua autonomia, independência e participação nas respetivas comunidades de pertença.

Gradativamente, as políticas emanadas daqueles eventos têm vindo a preconizar e a considerar como condição de concretização daqueles direitos: a criação de oportunidades de acesso ao conhecimento, à formação, à educação e à cultura, permitindo à pessoa idosa desenvolver o seu potencial humano, partilhar os seus conhecimentos, adquirir novas aprendizagens e conviver com outras gerações.

Neste novo quadro que reflete respeito, positividade e valoração pela vida humana, os conceitos que tradicionalmente denominaram esta fase última da vida humana moveram-se também, passando a acompanhar, fundamentalmente no discurso, que não na praxis, a agenda da política mundial sobre o envelhecimento da população. Conceitos como *idoso*, *velhice* e *envelhecimento*¹ ganham novas conotações e revestem-se, pela positiva, de novos sentidos. Vemos, assim, passar-se de uma conceção estereotipada e reducionista que apresenta o idoso quase sempre como um doente e

¹ Ver entre outros Fonseca, A. M. (2009). Que vida depois da reforma? In Fundação Calouste Gulbenkian (Autor). *O Tempo da Vida: Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. Cascais: Principia; Sá, C. X. (2005). *Imagens sobre a velhice*. Satão; Simões, C. (1999) *Velhice: Realidade viva ou imagem sofrida?* Dissertação de mestrado em Saúde Pública apresentada à Faculdade de Medicina de Coimbra, Portugal.

incapaz, para uma outra que postula o seu reconhecimento como cidadão de pleno direito, com capacidade de participar ativamente no seu tempo e na sua comunidade envolvente.

Este aumento da população idosa coloca, aos países e ao mundo, a urgência e a necessidade de se encontrarem soluções, quer ao nível da prestação dos cuidados primários de saúde, quer ao nível de outras respostas sociais, nomeadamente, as de combate à solidão, ao esquecimento, à pobreza e à exclusão a que demasiados idosos estão expostos como foi salientado no “Fórum Gulbenkian de Saúde sobre o Envelhecimento - O Tempo da Vida”², realizado entre 2008 e 2009, com o alto patrocínio da Presidência da República.

Contaminada por este discurso, a própria investigação (Martin, Gonçalves, Silva, Paul & Cabral Pinto, 2007; Rocha, 2009; Tamer & Petriz, 2007; Valentini & Ribas, 2003; Simões, 2010; Ferraz A. & Peixoto, 1997; Giacomoni, 2004) vem apontando para a necessidade de se unirem esforços no sentido de se produzir conhecimento e de se desenvolverem estratégias promotoras do bem-estar e qualidade de vida da pessoa idosa.

Reinventando-se assim e emerge, neste cruzamento de sinergias sociais e políticas, o conceito de “envelhecimento ativo”³ que, apesar de politicamente correto, está ainda distante de se inscrever plenamente na arena e no *habitus* social. Se dúvidas houver, basta estar atento à comunicação social e às políticas económicas relativas aos idosos e pensionistas para se perceber que existe, entre o plano discursivo e o da realidade prática, um longo caminho a trilhar.

Ao nível dos pressupostos o envelhecimento ativo implica que se capacitem as pessoas de meios para planearem o seu próprio envelhecimento de forma positiva. Para isso, e no plano dos princípios, as estratégias formuladas elencam listas de medidas tais como: a permanência dos idosos durante mais tempo no mercado de trabalho; a manutenção das suas capacidades físicas; o reconhecimento da sua autonomia e independência; a sua implicação contínua em questões sociais, económicas, culturais e cívicas; entre outros.

Deste conjunto de medidas e no quadro do Mestrado em Animação Teatral, em cujo âmbito se insere esta dissertação, assume lugar de destaque a importância atribuída à formação e educação ao longo da vida, em particular a dimensão da animação sócio-cultural que apela e convida à participação da pessoa idosa em dinâmicas socioculturais, nomeadamente, de animação teatral.

² Fundação Calouste Gulbenkian (2009). *O Tempo da vida – Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. Cascais: Principia.

³ Designação cunhada pela O.M.S.. Ver Organização Mundial de Saúde (2002). Envejecimiento ativo: un marco político. Revista *Española de Geriatria y Gerontología*, 37(S2), pp. 74-105.

A animação teatral, através de diversas técnicas e metodologias pretende devolver à pessoa a sua “voz”, dotando-a de meios para participar ativamente na sociedade em que se insere.

O teatro é, nesta perspetiva, entendido como meio de transformação social, cultural e educativa. Através do trabalho ao nível dos diferentes “teatros da animação teatral”⁴ as pessoas podem consciencializar-se sobre determinados problemas e, em conjunto e num ambiente lúdico, debaterem, refletirem e agirem, no sentido de os solucionarem.

É nesta problemática que inscrevemos o nosso projeto de pesquisa. Pretendemos com ele entrar no universo dos modos de viver este “tempo de vida”⁵ da pessoa humana e tentar perceber de que modo as atividades de natureza teatral interagem com a pessoa em processo de envelhecimento. Intentamos compreender como podem estas atividades ser facilitadoras desse processo e se, de pleno direito, estas se podem inscrever numa lógica de envelhecimento ativo, ou seja, num processo que permite à pessoa gerir esta fase da sua vida com qualidade, autonomia, segurança, liberdade e dignidade, direitos já consignados na Declaração dos Direitos do Homem.

A natureza compreensiva da nossa pesquisa e das questões norteadoras que a orientam justificam a abordagem qualitativa que aqui se convoca. A investigação qualitativa enfatiza, de modo particular, o processo, interessando-se sobretudo pelo que ocorre e como ocorre e não somente pelos resultados e produtos finais. Por outro lado, a abordagem qualitativa permite dar conta de como a pesquisa se vai fazendo e refazendo ao longo do processo de investigação evidenciando, assim, o carácter imprevisível e dinâmico da mesma.

Nas condições e com as condicionantes que envolveram o processo de pesquisa, a metodologia de estudo de caso envolvendo um projeto de intervenção/animação teatral, parece ser a abordagem que se justifica e melhor se ajusta à tentativa de captar a complexidade da realidade que pretendemos estudar.

Importa referir que o projeto de intervenção/animação teatral, a que nos referimos e que concebemos, se inseriu *a posteriori* no desenho matricial do Projeto *+SaúdeArte*⁶ da responsabilidade e conceção da instituição que nos acolheu.

⁴ Teatro-fórum, teatro interativo, teatro legislativo, teatro popular, teatro-imagem, teatro da consciencialização, teatro invisível, entre outros - Consultar Úcar, X. (2006). Los teatros de la animación teatral desde una perspectiva socioeducativa. In J. Caride e M. Vieites. *De la educación social a la animación teatral*. Gijón: Ediciones TREA, S.L., pp. 131-137.

⁵ Expressão cunhada de Fundação Calouste Gulbenkian (2009). *O Tempo da vida – Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. Cascais: Princípa.

⁶ Consultar anexo I

O Projeto *+SaúdeArte*, de desenho bem mais abrangente do que o nosso, teve como objetivos gerais, entre outros: a promoção da saúde e do bem-estar físico, social e mental dos cidadãos seniores; o combate à solidão na terceira idade; o fomento de vivências em grupo como forma de integração social, a promoção da capacidade criadora e o espírito de iniciativa.

Considerando o historial e a matriz fundadora do projeto *+SaúdeArte*, procurando não desvirtuar nem o seu espírito, nem os seus objetivos gerais, desenhámos o nosso projeto de intervenção/animação teatral para o qual definimos os seguintes objetivos específicos:

- Valorizar e potenciar, através de diversos indutores, a participação ativa dos seniores no projeto de intervenção teatral;
- Contribuir para a melhoria da saúde física, mental e psicológica dos seniores, nomeadamente, através da linguagem e técnicas teatrais, da partilha de memórias e do convívio;
- Potenciar o Atelier de Teatro como espaço para estabelecer relações, conviver e desenvolver trabalho conjunto, facilitando a adaptação e integração dos seniores;
- Proporcionar oportunidades aos seniores de realizarem novos conhecimentos e aprendizagens, numa perspetiva de educação ao longo da vida;
- Fomentar novos meios de comunicação e expressão individual e coletiva;
- Fomentar o espírito crítico através da oportunidade dos seniores refletirem e agirem em grupo, confrontando ideias e opiniões e assumindo posições;
- Potenciar a criação de projetos e dramatizações que permitissem expressar um sentir individual e coletivo.

O desenho do nosso projeto de intervenção/animação teatral sustentou-se teórica e metodologicamente na análise de diversos estudos (Alvarez, Silva, Vahl & Silva, 2010; Caride & Pose, 2006; Caride & Vieites, 2006; Cunha, 2000; Ferrigno, 2006; Fonseca, A. L. S., 2000; Martin, 2007; Rodrigues, 2009; Simões, 2010; Úcar, 1992; Valente, 2010; Ventosa Pérez, 1990; Ventosa Pérez, 2006; Vieites, 2006), nos quais se infere, da população em processo de envelhecimento, a importância da formação e educação ao longo da vida, de projetos de animação sócio-cultural e, mais especificamente, de animação teatral.

Inicialmente, apoiamo-nos em modelos e práticas de intervenção teatral centradas fundamentalmente na tradição da expressão dramática. Privilegiámos os jogos corporais e vocais, o jogo dramático, pequenas improvisações capazes de minimizar ou esbater as barreiras defensivas e inibitórias dos participantes. No desenvolvimento do projeto e à medida que o à-vontade, a desinibição

e o sentido de pertença ao grupo se foi desenvolvendo e consolidando, as questões da memória individual e coletiva foram emergindo, obrigando a uma busca do seu tratamento no domínio teatral.

Na busca por entre os “teatros da animação teatral” e outras práticas que melhor servissem os interesses do grupo, o *teatro de memória*⁷ foi o lugar onde ancorámos e no qual sustentámos algumas das nossas orientações (Cabral & Lopes, 2002; Eiras, Ayres, Silva, Santos & Paulino, 2004; Ferreira, 2006; Gonçalves, Albuquerque & Martín, 2008; Muniz, 2010; Palmar, 2002; Sales, Oliveira & Lemos, 2004; Soares, 2010; Venâncio, 2001, 2006a, 2006b; 2008, 2010).

A escrita da tese organiza-se em torno de cinco capítulos, sendo que os dois primeiros sustentam teoricamente a investigação, o terceiro dá conta das opções metodológicas e o quarto acolhe todo o processo de implementação e avaliação do projeto de intervenção. No quinto apresentam-se, analisam-se e discutem-se os resultados do mesmo, ao qual se seguem as conclusões e considerações finais. Finalizamos com as referências bibliográficas.

No Capítulo 1 inscrevemos as questões teóricas relativas ao processo de envelhecimento da população e às políticas sociais. Apresentamos, em primeiro lugar, uma perspetiva geral sobre o envelhecimento no que diz respeito à flutuação semântica e atitudinal que tem ocorrido em torno do campo, nomeadamente de conceitos como envelhecimento, velhice, terceira idade, idoso, sénior; ao envelhecimento em termos demográficos e ao envelhecimento em termos biológicos, psicológicos e sociais. Em seguida, abordam-se as políticas sociais relativas à problemática do envelhecimento em termos mundiais, internacionais e nacionais.

No Capítulo 2, centramo-nos no papel e relação da educação, animação sócio-cultural e animação teatral com o envelhecimento ativo e qualidade de vida dos seniores. Assim, começamos por apresentar o conceito de envelhecimento ativo, seguido do conceito de qualidade de vida. Convocam-se, de seguida, os pressupostos da gerontologia educativa e educação permanente, bem como os da animação sócio-cultural e animação teatral na terceira idade. Terminamos com uma abordagem sobre o que denominámos de “teatro de memória com pessoas idosas”.

O Capítulo 3 acolhe a metodologia. Apresentamos as opções metodológicas, os objetivos, as questões, o contexto e os sujeitos da investigação. De seguida, explanam-se os procedimentos e instrumentos de recolha e análise de dados convocados, nomeadamente: o inquérito por questionário;

⁷ Designação adaptada de Venâncio (2001, 2006a, 2006b; 2008, 2010).

O “teatro de memória” é um tipo de trabalho situado no “terreno do teatro comunitário, social e educativo” (Venâncio, 2006b: 145) e que se refere “ao produto de um trabalho coletivo com não-atores que, utilizando a linguagem teatral e recursos de escrita dramatúrgica, criaram um outro canal de comunicação para expressar as suas memórias.” (Venâncio, 2006a: 2)

o diário de bordo; a entrevista semiestruturada de grupo; a observação participante e a análise de conteúdo.

O Capítulo 4 apresenta o projeto de intervenção/animação teatral desenvolvido. Começamos por definir a identidade, finalidades e natureza do projeto, os seus antecedentes e justificação, os seus objetivos gerais e específicos; a caracterização do contexto bem como do grupo de sujeitos. Seguidamente, apresentam-se as diferentes fases de implementação do mesmo: a fase protocolar, a “fase grupal”, a “fase criativa” e a “fase expansiva”⁸. Assim, na fase protocolar, apresentam-se os passos dados e os procedimentos desenvolvidos em termos de aproximação à realidade da Instituição X, primeiro no sentido de protocolar a inclusão do nosso projeto no da intervenção matricial e depois no sentido de tatear os potenciais interessados. Aqui, damos também conta do processo inicial de contacto com o grupo, nomeadamente, ao nível: do diagnóstico de interesses, necessidades e expectativas dos futuros participantes; da aproximação e criação do grupo; do processo de evocação e partilha de memórias; e de aproximação à linguagem teatral. Na “fase criativa”, apresentamos o processo de seleção de temas, de debate e improvisação coletiva sobre os mesmos, de construção do texto e de preparação e montagem do que viria a ganhar a forma de espetáculo. A “fase expansiva” refere-se à apresentação do trabalho realizado durante o projeto de intervenção.

No Capítulo 5 apresentamos, analisamos e discutimos os resultados obtidos a partir da recolha dos dados, realizada durante o projeto de investigação, através das seguintes categorias de análise: participação ativa; implicações do Atelier de Teatro na vida dos participantes; bem-estar físico, mental e psicológico; socialização positiva e crítica; memórias: transmissão de um sentir individual e coletivo e da herança cultural; melhoria da comunicação e expressão; aquisição de novos conhecimentos e aprendizagens; estratégias de resolução das dificuldades encontradas; perspetivas futuras e sugestões.

Terminamos com as considerações finais, das quais emergem as principais conclusões deste trabalho de investigação bem como as suas possíveis limitações metodológicas. Apresentamos, por fim, algumas sugestões de trabalho ao nível da intervenção teatral com pessoas idosas, em projetos futuros.

⁸ Caride, J. A. & Vieites, M. (Coords) (2006). *De la educación social a la animación teatral*. Gijón: Ediciones TREA, S.L..

CAPÍTULO 1.

ENVELHECIMENTO E POLÍTICAS SOCIAIS

Introdução

A análise da literatura revela que, na atualidade, o número de pessoas idosas em todo o mundo é muito superior ao dos jovens. Com a redução das taxas de mortalidade e das taxas de natalidade e o aumento da esperança média de vida, assistimos a um fenómeno de inversão das pirâmides etárias em todo o mundo. Segundo diversas projeções, esta tendência tenderá a manter-se o que colocará aos países de todo o mundo, diversos desafios de ordem económica e social.

A partir dos anos 70, vários acontecimentos marcaram as políticas sociais relativamente aos seniores, dos quais se destacam as I e a II Assembleias Mundiais do Envelhecimento, em 1982 e em 2002 respetivamente, a aprovação dos Princípios das Nações Unidas para as pessoas idosas, em 1991, a Proclamação sobre o Envelhecimento no mesmo ano e a comemoração do Ano Internacional das Pessoas Idosas, em 1999.

Em paralelo, também as conotações ligadas ao próprio conceito de idoso, de velhice e de envelhecimento têm vindo a mudar. Encontramos, pois, uma multiplicidade de denominações e de atitudes que refletem uma preocupação cada vez maior em considerar o envelhecimento como etapa para a qual contribuem fatores sociais, psicológicos e sociais e não como um fenómeno meramente biológico. Também as mudanças de perspetivas em relação às pessoas que vivenciam estes processos, refletem uma preocupação premente em considerá-las como cidadãos de pleno direito, com capacidade para agir ativamente, nos assuntos que lhes respeitam.

1. PERSPETIVA GERAL SOBRE O ENVELHECIMENTO

1.1. Envelhecimento, velhice, terceira idade, idoso: mudanças conceptuais no campo

Na sociedade atual, encontramos uma multiplicidade de definições para os termos envelhecimento, velhice, terceira ou quarta idade, velhos, idosos. Algumas destas designações apontam para a velhice ou terceira idade como uma etapa cronológica; outras consideram que o que a caracteriza é o contexto social, cultural e económico em que está inserido o indivíduo. Há também quem considere que os termos terceira idade e idosos surgiram para “amenizar” o peso das terminologias velhice e velhos. Encontramos ainda os defensores de uma nova idade - a quarta idade - que surge devido ao aumento da esperança média de vida. No que respeita à designação a atribuir às pessoas mais velhas há também várias definições: pessoas idosas, pessoas mais velhas, seniores, entre outros.

A velhice como etapa cronológica é definida, a título de exemplo, pela Organização das Nações Unidas, como o estado que caracteriza o grupo de pessoas com mais de 60 anos. Há ainda outros documentos oficiais de organizações, como a Organização Mundial de Saúde (O.M.S.) e o Instituto Nacional de Estatística (I.N.E.), que definem o início da velhice aos 65 anos, ou seja, a partir do momento em que o indivíduo abandona o mundo laboral. Para Daniel (2006), a incongruência na definição deste conceito tem que ver com a diversidade de políticas públicas acerca da idade da reforma dos trabalhadores; a identificação com a passagem da reforma para o estatuto de idoso e o aumento cada vez maior do número de pessoas idosas.

Na perspetiva de Fontaine (2000: 19), o envelhecimento é um fenómeno biológico que começa assim que se nasce, “não é um estado, mas sim um processo de degradação progressiva e diferencial que afeta todos os seres vivos e o seu termo natural é a morte do organismo” e varia de indivíduo para indivíduo, dependendo de vários fatores.

Diversos autores (Daniel, 2006; Junior, 2005; Vaz, Silva & Sousa, 2003; Simões, 1999) defendem que o envelhecimento não se explica pela idade. É um processo individual que depende, entre outros fatores, da situação social, económica e mental dos indivíduos. No seu conjunto, estes fatores contribuem para acelerar ou não o processo de envelhecimento e fazem com que se entre na velhice em idades muito diversas, relativizando, assim, as dimensões puramente biológicas e individuais. É também, para estes autores, um processo heterogéneo vivenciado de acordo com a história particular, os aspetos identitários e estruturais (idade, género, etc.), saúde, educação e condições económicas de cada indivíduo. É, por isso, para Fontaine (2000), um processo diferencial constituído por dados objetivos como as degradações físicas e dados subjetivos, que tem que ver com a representação que cada pessoa faz do seu próprio envelhecimento.

Assim, vários autores (Fonseca, 2004b; Fontaine, 2000; Simões, 1999) consideram que cada indivíduo tem diversas idades: biológica, psicológica e sociológica. A idade biológica refere-se às capacidades funcionais e à perda da capacidade adaptativa e autorregulação, ou seja, está ligada ao envelhecimento orgânico. A idade psicológica, ligada a fatores biológicos e sociais e envolvendo capacidades cognitivas (memória, inteligência, aprendizagem, sentimentos, emoções), relaciona-se com as competências comportamentais que as pessoas podem mobilizar em resposta às mudanças do ambiente. A idade social refere-se aos papéis, estatutos, atitudes e hábitos que a pessoa assume na sociedade em que está inserida.

A velhice tende a ser considerada como um período de declínio, de degradação, surgindo em torno das pessoas idosas um conjunto de estereótipos e preconceitos. De acordo com Simões (1999:

5), expressões como velhice e velho foram substituídas por terceira idade e idosos, constituindo como que eufemismos para “não ofender o pudor social”. Por isso, este e outros autores (Peixoto, 2007; Sá, 2005) defendem que é necessário olhar para o envelhecimento e para a terceira idade de um ponto de vista mais positivo. Segundo Sá (2005: 22), a terceira idade “mais não será do que o caminho que visa dar forma ao compromisso entre o discurso científico sobre o envelhecimento e a velhice, e a possibilidade de cada pessoa usufruir dele em benefício próprio”. Também Peixoto (2007: 76) afirma que a terceira idade, sinónimo de envelhecimento ativo e independente se converte

numa nova etapa da vida, em que a ociosidade simboliza a prática de novas atividades sob o signo do dinamismo. A velhice muda de natureza: “integração” e “autogestão” constituem as palavras-chave desta nova definição. Assim, a criação de uma gama de equipamentos e de serviços declara a sociabilidade como o objetivo principal de representação social da velhice de hoje.

De acordo com Carrilho e Patrício (2002: 189), definir as pessoas idosas através de um limite cronológico é “sempre arbitrário e dificilmente traduz a dimensão biológica, física e psicológica da evolução do ser humano”. Há fatores como o estado de saúde, a autonomia, entre outros, que devem ser tidos em conta nesta definição, dado que afetam de maneiras distintas pessoas com a mesma idade. Porém, segundo a mesma fonte, esta delimitação cronológica faz-se necessária “para a descrição comparativa e internacional do envelhecimento” (Carrilho & Patrício, 2002: 189). Nos vários estudos realizados pelo I.N.E., consideram-se pessoas idosas aquelas “com idade igual ou superior a 65 anos, idade que em Portugal está associada à idade de reforma” (Carrilho & Patrício, 2002: 190).

Já para autores como Fonseca (2009) é um erro olhar para os 65 anos como uma espécie de barreira que assinala o momento de entrada na velhice até porque atualmente, não é frequente as pessoas reformarem-se aos 65 anos. Uma dimensão significativa de pessoas reforma-se antes desta idade, “muitas vezes através de mecanismos de pré-reforma, de reforma antecipada e de reforma baseada não tanto na idade cronológica mas antes no tempo de serviço que, no caso dos funcionários públicos, é cumprido antes dos 65 anos” (Fonseca, 2009: 155). A ideia de que a entrada na reforma coincide com a entrada na velhice aos 65 anos é, deste modo, uma “ideia perigosa em termos da forma como cada um se representa e vê a si próprio” dado que, necessariamente, obriga à adaptação a uma nova condição de vida (Fonseca, 2009: 155).

Em relação à designação a atribuir às pessoas idosas cita-se, a título de exemplo, um estudo realizado pela Comissão das Comunidades Europeias (1992 *in* Carrilho & Patrício, 2002), denominado “Idade e Atitudes”, no qual se refere a necessidade de alterar a designação terceira idade e de criar uma nova designação: a quarta idade. Assim, segundo esta fonte, a terceira idade corresponde ao

grupo de pessoas entre os 50-74 anos e a quarta idade às pessoas com 75 ou mais anos. Esta reformulação prende-se com a desadequação da expressão terceira idade em consequência do aumento da esperança média de vida. No que respeita ao modo como as pessoas deste coletivo gostariam de ser tratadas, o mesmo estudo revela uma grande diversidade de respostas. Na União Europeia, a expressão mais comumente aceite foi a de “pessoas mais velhas” com exceção dos idosos italianos que, para além desta, também elegem a expressão “pessoas de idade”. No Reino Unido, Alemanha e Irlanda as preferências recaíram sobre a expressão “cidadãos seniores” ao passo que na França e na Bélgica o termo “reformados” é o mais aceite (C.C.E. *in* Carrilho & Patrício, 2002: 190).

Nos vários estudos realizados pelo I.N.E., são utilizadas as expressões “pessoas idosas” ou “pessoas com 65 e mais anos”, dado que não existe uma norma específica a nível nacional (Carrilho & Patrício, 2002: 190).

Para Osório (2007: 16), o termo que tem vindo a predominar é o de “pessoas idosas” dado que, na sua perspetiva, “não define uma determinada etapa cronológica ou, muito menos, um espaço específico de anos”. Por outro lado, do ponto de vista sociológico e de acordo com vários estudos de observatórios da União Europeia (*in* Ósório, 2007: 16), os próprios sujeitos preferem ser designados como “pessoas idosas, reformados ou seniores”. Uma parte pouco significativa de idosos gosta que de ser denominada “por anciãos e, muito menos, velhos” (*in* Ósorio, 2007:16).

Dada a polissemia desenvolvida em torno destes conceitos, as expressões que adotaremos nesta tese serão “pessoas idosas” ou “seniores” para designar as pessoas deste coletivo e, “terceira idade”, para caracterizar o estágio de desenvolvimento em que se encontram.

1.2. Envelhecimento em termos demográficos

Se, até há umas décadas, o envelhecimento cada vez maior da população constituía uma preocupação dos países em desenvolvimento, atualmente está na “agenda da maioria dos países do mundo, sendo alvo de estudos e monitorizações por parte das agências competentes das Nações Unidas” (Gaspar, 2009: 54). Para Mota (2009: 17), o “impacto nas sociedades do progressivo envelhecimento marcará fortemente os processos de desenvolvimento económico e social, com consequências diferentes nos países desenvolvidos e nos países em desenvolvimento”.

O envelhecimento demográfico define-se pelo aumento da proporção das pessoas idosas na população total, aumento esse que se consegue em detrimento da população jovem e/ou em detrimento da população em idade ativa (Carrilho & Patrício, 2002).

O envelhecimento demográfico é uma consequência inevitável do fim do crescimento demográfico. Resulta pois, da passagem de um modelo demográfico com elevadas taxas de fecundidade e mortalidade para um modelo em que ambas as taxas atingem níveis baixos. O *baby boom* (forte aumento da natalidade) das décadas de 1950 e 1960 deu lugar ao *baby bust* (diminuição da natalidade) (Wilson, 2008: 43). Por seu turno, a diminuição das taxas de mortalidade em todas as idades, relacionadas com os avanços na medicina e na ciência, proporcionaram o aumento da esperança média de vida. A convergência destes e doutros fatores conduziu a um estreitamento da base da pirâmide etária (caracterizada pela redução da população jovem) e a um alargamento do topo desta (com aumento da população idosa) (Carrilho & Patrício, 2002; Wilson, 2009).

Na estrutura etária mundial, em 1950, verificou-se um rápido crescimento global da população (Figura 1).

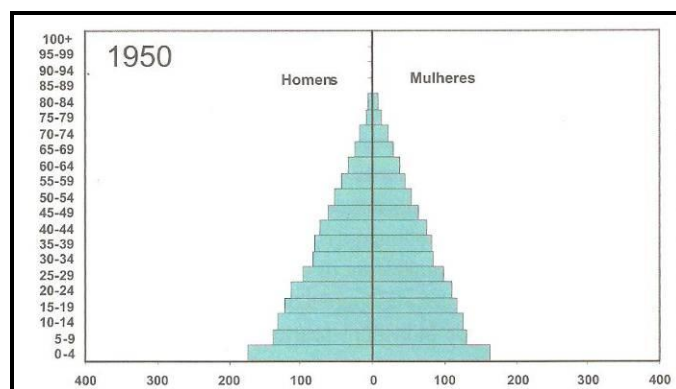


Figura 1 – Pirâmide etária mundial, 1950 (Wilson, 2009)⁹

Em 2010, a projeção apontava para a diminuição do número de nascimentos (Figura 2).

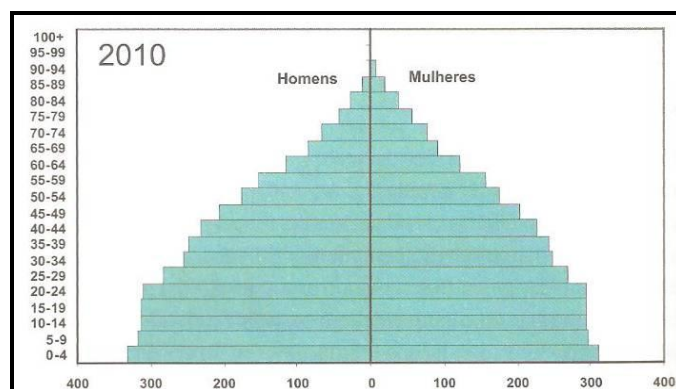


Figura 2 – Pirâmide etária mundial, 2010 (Wilson, 2009)

⁹ Wilson, C. (2009). O Envelhecimento no Séc.XXI – Perspetivas Demográficas. In Fundação Calouste Gulbenkian (Autor). *O Tempo da Vida: Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. Cascais: Principia.

Em 2050 projeta-se o aumento do topo e a diminuição da base da pirâmide, provavelmente numa proporção maior do que a se apresenta (Figura 3).

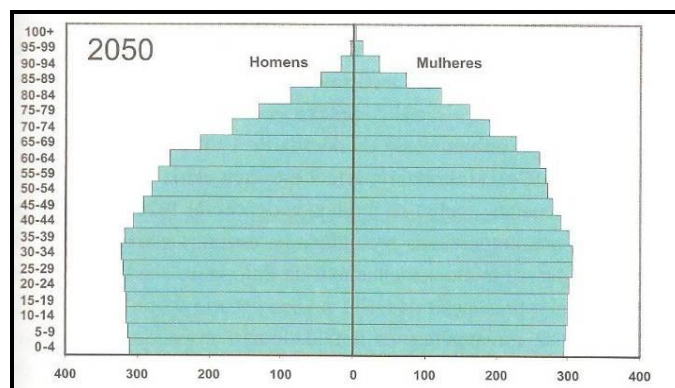


Figura 3 – Pirâmide etária mundial, 2050 (Wilson, 2009)

Na estrutura etária da Europa em 1950, era já visível a diminuição da taxa de natalidade provocada pelas guerras mundiais. Porém, continuava a ter um aspeto piramidal. Em 2010, os grupos etários com idades entre os 20-24 e os 50-54 foram, aproximadamente, iguais em dimensão, mas houve uma acentuada quebra nos grupos com idades mais jovens, devido à diminuição da fertilidade na Europa Central e Oriental, após o fim do comunismo. Em 2050, prevê-se que haja um “super envelhecimento” herdado do “baby-boom” (Wilson, 2009).

Nas estruturas etárias de Portugal verificaram-se tendências semelhantes. De acordo com o I.N.E. (2002), entre 1991 e 2001, a proporção de jovens diminuiu passando de 20% para 16%. Pelo contrário, a proporção de idosos aumentou de 13,6% para 16,4% durante essa década como podemos verificar na pirâmide etária correspondente a este período (Figura 4).

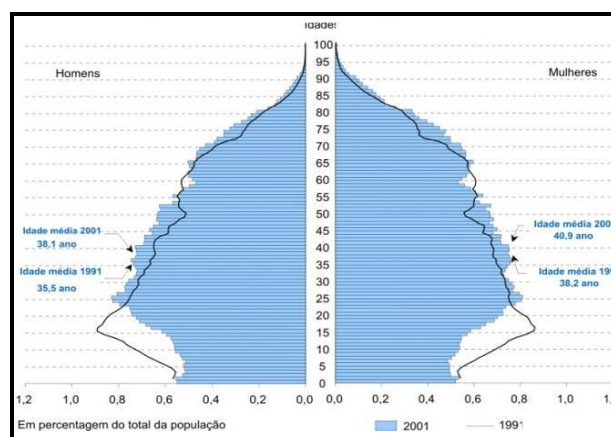


Figura 4 – Pirâmide etária, Portugal, 1991-2001 (INE, 2002)¹⁰

¹⁰ Instituto Nacional de Estatística (2002, outubro 21). Censos 2001. In *Destaque do INE*. INE: Lisboa.

No período entre 2001 e 2009, a queda da fecundidade agravou-se e a longevidade aumentou. Também a esperança média de vida à nascença aumentou, em Portugal, neste período (Figura 5).

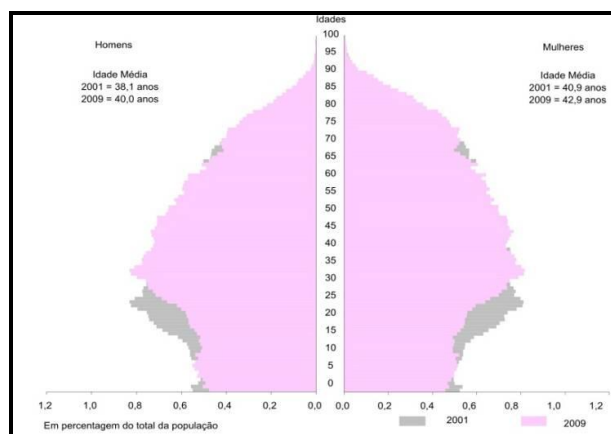


Figura 5 – Pirâmide etária, Portugal, 2001-2009 (Carrilho & Patrício, 2009)¹¹

Assim, entre 2001 e 2009, a população idosa aumentou de cerca de 16,5% para 17,9% com a agravante de que este aumento foi mais forte nos idosos mais velhos. A população com 75 anos ou mais, que representa praticamente metade da população idosa, subiu de 6,9% em 2001 para 8,4% em 2009. A proporção dos mais idosos (80 ou mais anos) na população idosa eleva-se, em 2009, para 25,0% (Carrilho & Patrício, 2009).

Se em 2001, havia cerca de 104 idosos por cada 100 jovens, em 2010, tínhamos cerca de 118 idosos para cerca de 100 jovens (Carrilho & Patrício, 2009). Em 2050, projeta-se que a base da pirâmide se reduza a mais de metade. A estrutura etária portuguesa, muito semelhante à da Europa, terá lados inclinados de forma abrupta com um número de recém-nascidos muito inferior ao das pessoas idosas (Carrilho & Gonçalves, 2007; Wilson, 2009) (Figura 6).

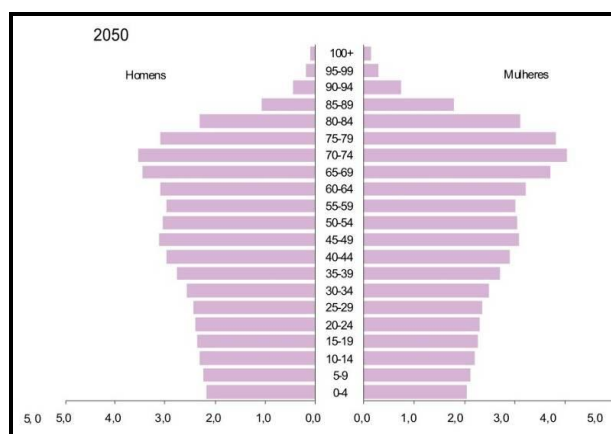


Figura 6 – Pirâmide etária, Portugal, 2050 (Carrilho & Gonçalves, 2007)¹²

¹¹ Carrilho, M. J. & Patrício, L. (2009). A Situação Demográfica Recente em Portugal, *Revista Estudos Demográficos* n.º 48, pp. 101-145, INE, I.P. Lisboa.

¹² Carrilho, M. J. & Gonçalves, C. (2007). Envelhecimento crescente mas espacialmente desigual, *Revista Estudos Demográficos* n.º 40, pp. 21-38, INE, Lisboa.

Prevê-se pois que, em 2050, o número de pessoas idosas aumente cerca de 1.1 milhão passando a sua proporção para 31,8%. Teremos pois, segundo estas projeções, aproximadamente 243 idosos por cada 100 jovens (Carrilho & Gonçalves, 2007). Assim, “a manterem-se as atuais tendências, a população com 65 e mais anos representará, em 2050, cerca de um terço do total da população portuguesa” (Silva, C., 2009: 26).

Segundo as projeções das Nações Unidas, nesta altura, haverá 60 idosos dependentes por cada 100 pessoas em idade ativa, o que corresponde a um aumento na ordem dos 100% relativamente ao presente (Mota, 2009). A redução da população em idade ativa e o baixo índice de sustentabilidade potencial colocará graves problemas ao Sistema de Segurança Social e às economias dos países (Gaspar, 2009; Mota, 2009).

Este aumento da população idosa tem vindo a conduzir a alterações ao nível da tipologia e volumes de cuidados de saúde, da organização social e dos encargos para as famílias e para o Estado (Vilar, 2009). Esta situação obriga a encontrar novas soluções não só no que diz respeito aos cuidados de saúde, como também a respostas sociais de combate à solidão, à pobreza e à exclusão a que os idosos estão sujeitos (Mota, 2009). Para além disso, esta mudança na estrutura etária deve conduzir a uma nova solidariedade entre gerações, dado que há cada vez mais idosos e cada vez menos jovens. Num futuro próximo, como referem Carrilho & Gonçalves (2007), encontraremos facilmente famílias onde coabitem três e quatro gerações.

Contra todos estes indicadores, a investigação produzida tende a defender que o envelhecimento demográfico não deverá ser encarado como um problema mas sim como um desafio. Para isso, as sociedades devem fazer um esforço no sentido de integrar os aspetos positivos do aumento da esperança média de vida, “num quadro de respeito integral da pessoa humana em todas as suas dimensões” (Vilar, 2009: 12), ensaiando “práticas inovadoras no terreno que demonstrem ser possível fazer melhor, fazendo diferente” (Vilar, 2009: 13).

As perspetivas mais humanizadoras tendem a considerar que o envelhecimento não é apenas um processo demográfico. É, como constatado, um processo que assume aspetos biológicos, psicológicos e sociais.

1.3. Envelhecimento em termos biológicos, psicológicos e sociais

A investigação aponta para a definição da velhice como um estado de envelhecimento que começa desde que nascemos e que, ao longo da vida, se vai combinando com processos de amadurecimento. Esta perspetiva, inscrita no quadro da psicologia do desenvolvimento, utiliza um

modelo biopsicossocial que enquadra as mudanças inerentes ao processo de envelhecimento, analisando, em conjunto, os domínios, biológico, social e psicológico.

Ao nível biológico, referem-se as modificações em termos físicos, o aumento de doenças, entre outros. Ao nível psicológico, há mudanças das atividades intelectuais, motivações, etc.. Ao nível social, essencialmente, referem-se a perda de estatutos ou de papéis que a entrada na reforma acarreta. Por esta razão, considera-se, de um modo geral, que este é um processo desagradável e visto como sinónimo de doença, fraqueza e improdutividade e que conduz as pessoas idosas a um estado de infelicidade e à diminuição da sua qualidade de vida. Porém, na opinião de Valentini e Ribas (2003: 135-136), o envelhecimento deve ser encarado “como um processo natural do desenvolvimento humano, numa perspetiva de que cada fase da vida implica transformações, adaptações, aceitação e construção”.

Relativamente ao envelhecimento biológico, Fonseca (2004a), Fontaine (2000), Schaie e Willis (2003), apontam alguns dos aspetos que o traduzem, nomeadamente: aumento de doenças; menor elasticidade na pele; aparecimento de rugas; alterações na voz e diminuição na capacidade motora. A investigação produzida neste domínio aponta para as influências destas mudanças ao nível do padrão global de saúde, da mobilidade física, do funcionamento cognitivo, entre outros e para a necessidade de se lidar com estas positivamente, de forma a promover a adaptação das pessoas idosas.

No que concerne ao domínio psicológico, durante o envelhecimento, as alterações que são sentidas pelos indivíduos, resultam da influência de diversos fatores: inteligência, memória, personalidade (Fontaine, 2000), reações emocionais, mecanismos perceptivos, aprendizagem, cognição e estilos de relação interpessoal (Fonseca, 2004a).

Para Fontaine (2000), os efeitos do envelhecimento cerebral vão desde o aparecimento de placas senis até à rarefação dendrítica e à mortalidade neuronal. No que concerne ao envelhecimento perceptivo, há uma diminuição da audição, da visão e do equilíbrio o que tem, por vezes, consequências graves ao nível psicológico e social.

A investigação aponta ainda para alterações psíquicas, depressão, hipocondria, somatização, paranoia, suicídios e, por fim, baixa autoestima e autoimagem (Guite, 2000 *in* Valentini & Ribas, 2003), perda de ideais de juventude, falta de sintonização com a mentalidade do seu tempo, desinteresse pelo quotidiano nacional e internacional, humor irritadiço, entre outros (Oliveira, 1999 *in* Valentini & Ribas, 2003).

No que diz respeito ao domínio social, ou seja, à forma como se conceptualiza a velhice ou terceira idade encontramos posições mais e menos positivas. Por um lado, a sociedade confronta-se

com um coletivo que, pela perda de papéis sociais e estatutos que a vida de “reformado” acarreta, se isola, tem menos ocupações sociais, é menos solicitado pela família e comunidade, perde poder social, diminui os contactos sociais, etc. (Zimerman, 2000 *in* Valentini & Ribas, 2003). Por outro lado, autores como Osório (2007) consideram que esta fase da vida deverá ser perspectivada de uma forma mais otimista e positiva no sentido em que podem ocorrer mudanças de atitudes e mentalidades, que resultam, entre outros fatores, do convívio intergeracional. Assim, a sociedade atual deveria tender a considerar as pessoas idosas como sujeitos ativos, bem como valorizar a sua sabedoria e experiência como valores fundamentais para as gerações mais jovens.

2. POLÍTICAS SOCIAIS RELATIVAS À PROBLEMÁTICA DO ENVELHECIMENTO

2.1. Políticas mundiais e internacionais - Da I Assembleia Mundial de Viena (1982) à II Assembleia Mundial de Madrid (2002)

A partir dos anos setenta, vários acontecimentos internacionais marcaram a política social relativamente às pessoas idosas. O marco inicial foi a I Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento realizada em Viena, em 1982, que representou um grande avanço, na medida em que até então, “a questão do envelhecimento não era foco de atenção nem das assembleias gerais, nem de nenhuma agência especializada das Nações Unidas. A questão era tratada de forma marginal pela Organização Internacional do Trabalho (OIT), pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e pela Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (UNESCO) como parte das suas atividades especializadas” (Camarano & Pasinato, 2004: 254).

Desta Assembleia resultou a aprovação do Plano de Ação Internacional sobre o Envelhecimento¹³ que referia as medidas a serem tomadas pelos Estados-Membros para salvaguardar os direitos das pessoas idosas. Tinha como principais objetivos dotar os países de estratégias para abordar de maneira efetiva o envelhecimento da população, fomentando respostas internacionais adequadas aos problemas do envelhecimento, bem como o aumento das atividades internacionais de cooperação técnica, em particular, entre os próprios países em desenvolvimento (United Nations, 1982). O Plano prescrevia 62 recomendações para a ação, divididas por 7 áreas: saúde e nutrição, proteção aos consumidores idosos, habitação e meio ambiente, família, bem-estar social, segurança social e educação.

¹³ United Nations (1982). *Report of the world assembly on aging*. New York: United Nations.

Na ótica de Camarano e Pasinato (2004), o plano foi determinante para colocar na agenda política questões relacionadas com o envelhecimento e com o reconhecimento do idoso como um ator social, bem como a promoção da sua autonomia e independência.

Em 1991, a Assembleia Geral das Nações Unidas aprovou os Princípios das Nações Unidas para as pessoas Idosas (em Anexo do documento “Execução do Plano de Ação Internacional sobre o Envelhecimento e atividades relacionadas¹⁴). Este estava dividido em 5 secções: independência, participação, cuidados, autorrealização e dignidade. A primeira secção – independência - incluía o acesso à alimentação, à água, à habitação, ao vestuário e a cuidados de saúde adequados, bem como à oportunidade de ter um trabalho remunerado e de aceder à educação e à formação. A segunda secção, defendia a participação ativa das pessoas idosas na formulação de políticas que afetassem diretamente o seu bem-estar, a vantagem de partilharem os seus conhecimentos e capacidades com as gerações mais novas e o direito a formarem movimentos e associações. Na terceira secção – cuidados – referia-se a necessidade das pessoas idosas beneficiarem dos cuidados e proteção da família e comunidade de acordo com o seu sistema cultural de valores, ter acesso a cuidados de saúde, serviços sociais e jurídicos assim como gozar dos seus direitos e liberdades fundamentais quando residem em lares ou instituições. Na quarta secção – autorrealização - afirmava-se que as pessoas idosas devem ter acesso a oportunidades que lhes permitam desenvolver o seu potencial e aceder a recursos educacionais, culturais, espirituais e recreativos da sociedade. Na última secção - dignidade - defendia-se que as pessoas idosas devem viver com dignidade e segurança, independentemente da idade, sexo, origem racial ou étnica, deficiência ou qualquer outra condição e serem valorizadas independentemente do seu contributo económico.

Em 1992, a Assembleia Geral das Nações Unidas aprovou 8 objetivos globais sobre o envelhecimento para o ano 2001¹⁵. Estes referiam a necessidade de apoiar os países na determinação e integração do envelhecimento nos planos e programas nacionais; a melhorar a assistência e participação das pessoas idosas; a melhorar as investigações internacionais sobre envelhecimento; a estabelecer uma rede global de voluntários seniores e a fomentar uma cooperação mais estreita entre as organizações não governamentais e intergovernamentais sobre o envelhecimento (United Nations, 1992).

¹⁴ Resolution 46/91 16 December (1991). *United Nations Principles for Older Persons. To add life to the years that have been added to life*. In Implementation of the International Plan on Ageing and related activities.

¹⁵ United Nations (1992). *Global targets on ageing for the year 2001: a practical strategy*. Report of the Secretary-General (A/47/339).

Também em 1992, a Assembleia Geral aprovou a Proclamação sobre o Envelhecimento¹⁶ que declarou o ano de 1999 como o Ano Internacional das Pessoas Idosas e “definiu os parâmetros para o início da elaboração de um marco conceitual sobre a questão do envelhecimento” (Camarano & Pasinato, 2004: 257). A Assembleia Geral pediu o apoio de iniciativas nacionais sobre o envelhecimento para que se elaborassem políticas e programas que respondessem às características, necessidades e capacidades das mulheres de idade; se incentivassem os homens de idade a desenvolver capacidades sociais, culturais e emocionais que, eventualmente, não tivessem desenvolvido durante os anos de trabalho remunerado; e se apoiassem as famílias na prestação de cuidados aos idosos. Solicitou ainda que se ampliasse a cooperação internacional no contexto das estratégias dirigidas a alcançar os objetivos globais sobre o envelhecimento para o ano 2001 (Resolução nº 47/5 de 16 de outubro de 1992).

Em 1999, data em que se comemorou o Ano Internacional das Pessoas Idosas, os Estados-Membros foram incentivados a aplicar os princípios das Nações Unidas para os Idosos (Camarano & Pasinato, 2004). A Comissão das Comunidades Europeias redigiu uma comunicação intitulada “Uma Europa para todas as idades - Promover a prosperidade e a solidariedade entre as gerações”¹⁷. Esta comunicação expunha “os efeitos do envelhecimento da população no emprego, proteção social, saúde e serviços sociais” e propunha “uma estratégia para a adoção de respostas políticas eficazes nestes domínios, com base no reforço da cooperação entre todos os intervenientes e da solidariedade e equidade entre gerações” (Comissão das Comunidades Europeias, 1999: 4). Neste documento, especificaram-se algumas das atividades que a CCE se propôs apoiar em 1999, nomeadamente, a criação de um “Fórum Europeu dos Idosos” e um programa de bolsas que permitisse aos idosos voluntários deslocarem-se até Bruxelas para trabalharem neste Fórum, durante 3 a 6 meses. Para além disso, propôs-se realizar uma grande conferência sobre políticas a favor dos idosos no âmbito do Ano Internacional das Pessoas Idosas (CEE, 1999). Em 2002 realizou-se, em Madrid, a II Assembleia Geral sobre o Envelhecimento na qual se aprovou uma Declaração Política e o Plano de Ação Internacional de Madrid sobre o Envelhecimento¹⁸. O último, constituído por 117 recomendações, teve o intuito de orientar a adoção de medidas sobre o envelhecimento por parte dos governos de todo o

¹⁶ Resolução nº 47/5 de 16 de outubro de 1992 (1992). *Proclamación sobre el Envejecimiento*.

¹⁷ Comissão das Comunidades Europeias (1999). *Uma Europa para todas as idades - Promover a prosperidade e a solidariedade entre as gerações* (Comunicado da Comissão). Bruxelas: Autor.

¹⁸ Naciones Unidas (2002). Segunda Asamblea Mundial Sobre el Envejecimiento. *Informe de la Segunda Asamblea Mundial sobre el envejecimiento*. Nueva York: Autor.

mundo, especialmente dos países em desenvolvimento. O Plano de Ação de Madrid organizou-se em torno de três orientações prioritárias: a participação ativa dos idosos na sociedade e no desenvolvimento; a promoção da saúde e bem-estar na velhice; e a criação de um ambiente propício e favorável ao envelhecimento (Naciones Unidas, 2002).

A primeira prioridade – as pessoas idosas e o desenvolvimento – centrada em oito questões, pretendia “assegurar a integração permanente e o reforço da capacidade de agir das pessoas idosas, permitindo-lhes assim participar ativamente na sociedade, no desenvolvimento e na população ativa” (Centro de Informação das Nações Unidas em Portugal, 2002: 4). Para tal, incentivaram-se os governos a envolverem as pessoas idosas na tomada de decisões, a criarem oportunidades de emprego para as que ainda desejassem trabalhar e a melhorarem as condições de vida nas zonas rurais (Centro de Informação das Nações Unidas em Portugal, 2002). Esta prioridade ressaltava ainda a promoção do acesso ao conhecimento, à educação e à formação das pessoas idosas: “una sociedad basada en el conocimiento requiere la adopción de políticas para garantizar el acceso a la educación y la capacitación durante todo el curso de la vida. La educación y la capacitación permanentes son indispensables para conseguir la productividad de los trabajadores y de las naciones” (Naciones Unidas, 2002: 17).

No que diz respeito à segunda prioridade – promover a saúde e o bem-estar na velhice – os governos foram incentivados a adotar medidas que permitissem: diminuir as doenças e a dependência na velhice; promover o acesso de todas as pessoas de idade a uma alimentação e nutrição adequada; eliminar desigualdades sociais e económicas; e desenvolver os serviços de cuidados de saúde primários a longo prazo, para atender às necessidades destas pessoas (Naciones Unidas, 2002).

No que concerne à terceira prioridade – assegurar um ambiente propício e favorável – instou-se a que os governos mundiais estabelecessem nas suas políticas: a melhoria da habitação e condições de vida das pessoas idosas; a oferta de cuidados continuados aos idosos; a eliminação de todas as formas de abandono, abuso ou violência contra estes e o reconhecimento público da sua autoridade, sabedoria e produtividade (Naciones Unidas, 2002).

Assim, o Plano de Ação Internacional de Madrid teve como objetivo garantir que, em todo o mundo, a população pudesse envelhecer com segurança e dignidade e que as pessoas de idade pudessem continuar a participar nas suas respetivas sociedades como cidadãos de pleno direito (Naciones Unidas, 2002).

A II Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento mostrou que o envelhecimento é uma questão global, ou seja, deixou de ser uma preocupação apenas dos países desenvolvidos para ser, também, uma preocupação dos países em desenvolvimento (Naciones Unidas, 2002).

Nos documentos que foram elaborados na II Assembleia transparece a ideia de que o envelhecimento não é apenas uma questão de segurança social, devendo antes ser visto num contexto mais geral das políticas de desenvolvimento e económicas. Por outro lado, referem a necessidade de se olhar para o envelhecimento de uma forma positiva, pondo de parte os estereótipos normalmente a ele associados (Centro de Informação das Nações Unidas em Portugal, 2002).

2.2. Políticas nacionais

À medida que na Europa e no resto do mundo foram sendo lançadas políticas sociais relativas às pessoas idosas, também em Portugal isso aconteceu. Estas orientações que valorizavam, numa fase inicial, essencialmente a ação social e a saúde foram, com o passar do tempo, valorizando também a necessidade de educação e formação ao longo da vida. Este processo acompanhou as grandes orientações mundiais e europeias, nomeadamente da I e da II Assembleia Mundial do Envelhecimento, da comemoração do Ano Internacional das Pessoas Idosas, entre outras.

Em Portugal, entre 1976 e 1985, constata-se uma mudança na forma de tratar as pessoas idosas. Este período foi caracterizado pela transformação dos asilos em lares e pela emergência de instituições para a terceira idade tais como, centros de dia, centros de apoio domiciliário e centros de convívio, para promover a manutenção dos idosos no domicílio (Velo, 2008).

O centro de dia é “uma resposta social, desenvolvida em equipamento, que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio sócio-familiar” (Bonfim & Saraiva, 1996: 7).

Os centros de apoio domiciliário (SAD) asseguram “a prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio a idosos quando, por motivo de doença, deficiência ou outros impedimentos, não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou as atividades da vida diária” (Bonfim & Veiga, 1996: 7).

O centro de convívio é uma “resposta social desenvolvida num equipamento, de apoio a atividades sócio-recreativas e culturais, organizadas e dinamizadas com participação ativa dos idosos” (Segurança Social, 2003 *in* Osório, 2007: 151). Porém, apesar de esta ter sido uma medida com um carácter humanizante, Velo (2008) considera que teve um fundamento prioritariamente de ordem económica com o fim de reduzir as despesas do Estado.

Entre 1985 e 1995, continuou a preconizar-se uma política de manutenção do idoso no seu domicílio. O envolvimento de outros parceiros sociais como as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS), associações mutualistas, entre outros, foi notório nesta fase. Surgiu no início da década de 90, o primeiro Programa de Apoio Comunitário às Pessoas Idosas. Neste momento, foi dada maior visibilidade à terceira idade, através dos *media* e da comemoração de determinados anos dedicados aos seniores, nomeadamente o Ano Europeu das Pessoas Idosas, em 1994. Neste ano, foi criado o primeiro PAII - Programa de Apoio Integrado às Pessoas Idosas (Velo, 2008).

O PAII foi criado pelos despachos conjuntos dos Ministérios da Saúde e do Emprego e da Segurança Social ¹⁹, de 1 de julho de 1994, com os seguintes objetivos:

- a) Assegurar a oferta de cuidados, com caráter urgente e permanente, que visam primordialmente manter a autonomia do idoso no domicílio e no seu ambiente habitual de vida;
- b) Estabelecer medidas destinadas a assegurar a mobilidade dos idosos e a acessibilidade a benefícios e serviços;
- c) Implementar respostas de apoio às famílias que tenham de assegurar cuidados e acompanhamento adequados a familiares que se encontrem em situações de dependência, nomeadamente idosos;
- d) Promover e apoiar iniciativas destinadas à formação inicial e em exercício, de profissionais, voluntários, familiares e outras pessoas da comunidade;
- e) Promover atitudes e medidas preventivas do isolamento, da exclusão e da dependência e contribuir para a solidariedade intergerações, bem como para a criação de postos de trabalho (MTSSS, 2008: 42031).

Assim, ao abrigo do PAII, foram desenvolvidos os seguintes projetos: Serviço Telealarme (STA), Passes da terceira idade, Programa Saúde e Termalismo Sénior, Serviço de Apoio Domiciliário (SAD), Centro de Apoio a Dependentes/Centro Pluridisciplinar de Recursos (CAD) e Formação de Recursos Humanos (FORHUM).

O STA foi criado para permitir que as pessoas idosas, ao acionarem o botão de um alarme de um aparelho que possuem no domicílio, contactassem rapidamente a rede social de apoio para responder à sua necessidade ou encaminhar para o serviço adequado (Bugalho, 2006).

¹⁹ Despacho n.º 25606/2008. (2008). *Programa de Apoio Integrado a Idosos (PAII)*.

Com a criação dos passes da terceira idade pretendeu-se eliminar as restrições nos horários para as pessoas com mais de 65 anos, nos transportes das zonas urbanas e suburbanas de Lisboa e Porto (Bugalho, 2006).

O projeto “Saúde e Termalismo”, financiado pelo PAII e gerido pelo INATEL, teve como objetivo que as pessoas com 60 ou mais anos e com menores recursos, tivessem acesso a tratamentos termais e atividades sócio-recreativas (Bugalho, 2006).

O SAD teve como objetivo promover a manutenção das pessoas idosas ou pessoas com dependência no seu ambiente habitual, junto da família, vizinhos ou amigos (Bugalho, 2006).

A FORHUM visou habilitar profissionais (das áreas de ação social e de saúde), bem como familiares, vizinhos, voluntários, etc. com formação para a prestação de cuidados às pessoas idosas ou dependentes (Bugalho, 2006).

O CAD é constituído por centros para apoio temporário com o objetivo de promover a prevenção ou reabilitação de pessoas com dependência (Bugalho, 2006).

Segundo Veloso (2008), o PAII enfatizou essencialmente os serviços de ação social e os serviços de saúde, não contemplando uma política global para a terceira idade. Continuou a preconizar-se uma política de manutenção do idoso no seu domicílio, dirigindo-se essencialmente para idosos mais velhos e dependentes.

Entre 1995 e 2002, o PAII continuou a ser desenvolvido.

Em 1997, através do Decreto-lei nº 102/97 de 28 de abril (*in* Veloso, 2008), instituiu-se a “Fundação Cartão do Idoso”, com o fim específico de lançar e gerir o cartão do idoso - Cartão 65 - enquanto meio de acesso a bens e serviços, em condições especialmente vantajosas para os cidadãos com mais de 65 anos.

Outra das medidas implementadas foi o Programa de Idosos em Lar (PILAR), que “visava a melhoria dos cuidados para a população idosa, aumentando a oferta do número de lugares em lares e também criando novas respostas como o alojamento temporário” (Despacho nº 6, de 21/01/97 *in* Veloso, 2008: 12).

O Livro “Prevenção da Violência Institucional. Perante as pessoas idosas e as pessoas em situação de dependência”, criado em 2002, foi outra das medidas implementadas para a população idosa. Este manual dirige-se a diretores técnicos, ajudantes de lar ou familiares, pessoal administrativo, pessoal de limpeza e auxiliar, voluntários e outros profissionais que trabalham em equipamentos para pessoas idosas e/ou em situação de dependência. Com este documento pretendeu-se criar mecanismos que contribuíssem para a prevenção da violência em relação a pessoas idosas ou em

situação de dependência, em serviços e equipamentos (Ministério da Segurança Social e do Trabalho, 2002).

Como constata Veloso (2008), neste período, continuou a privilegiar-se a área de ação social e da saúde dinamizando-se os projetos definidos no PAII e fomentando-se outras respostas sociais.

A partir de 2002, após a II Assembleia Mundial, começou a preconizar-se um estilo de vida mais ativo para a população idosa, nomeadamente, com a introdução do conceito de envelhecimento ativo. O Programa Nacional de Saúde para as Pessoas Idosas é um exemplo das políticas mais voltadas para a saúde, no qual se estabeleceram três grandes estratégias de intervenção, nomeadamente:

- 1) promover um envelhecimento ativo;
- 2) adequar os cuidados às necessidades das pessoas idosas;
- 3) promover o desenvolvimento de ambientes capacitadores (Circular Normativa nº 13 de 02/07/04: 15).

A partir desta altura, apesar de se continuar a dar ênfase à área da ação social e da saúde, começa a salientar-se a necessidade de promover programas de formação e educação para as pessoas idosas, numa perspetiva de aprendizagem ao longo da vida, tal como havia sido debatido no Seminário de Encerramento do Ano Internacional das Pessoas Idosas. Começam, então, a surgir atividades de educação e formação para o público sénior.

Síntese

Da análise documental conduzida sobre os documentos oficiais constata-se que, ao longo das últimas décadas, a questão do envelhecimento veio ganhando um peso social cada vez maior no plano político, deixando de ser um problema apenas dos países desenvolvidos para passar a ser uma questão à escala mundial.

Estes documentos denotam uma preocupação crescente em salvaguardar os direitos das pessoas idosas, promovendo a sua autonomia, independência e participação. Para além disso, as políticas que se foram propondo através destes documentos preconizam a criação de oportunidades de acesso ao conhecimento, à formação, à educação e à cultura, permitindo aos idosos desenvolver o seu potencial, partilhar os seus conhecimentos, adquirir novas aprendizagens e conviver com outras gerações.

CAPÍTULO 2.

ENVELHECIMENTO ATIVO E QUALIDADE DE VIDA:

O PAPEL DA EDUCAÇÃO, DA ANIMAÇÃO SÓCIO-CULTURAL E DA ANIMAÇÃO TEATRAL

Introdução

Como temos vindo a constatar através da análise da literatura, as concepções relativas à problemática da terceira idade têm vindo a sofrer alterações. De uma concepção estereotipada e reducionista tendente a dar do idoso uma imagem de pessoa doente e incapaz, a sociedade tem assistido à emergência de uma outra que postula o seu reconhecimento como cidadão de pleno direito, com capacidade e competências para participar ativamente na sociedade.

A investigação produzida tem apontado a necessidade de promover oportunidades que aumentem o bem-estar e a qualidade de vida dos idosos em termos pessoais, sociais, educativos e culturais. Surge, neste sentido, o conceito de envelhecimento ativo.

Neste trabalho de investigação, convocam-se diversos estudos nos quais se evidencia a importância da formação e educação ao longo da vida, de projetos de animação sócio-cultural e, mais especificamente, de animação teatral. Em termos gerais, estes estudos referem a importância de: promover a participação ativa das pessoas idosas como agentes do seu próprio desenvolvimento; desenvolver novas formas de relacionamento social, através da interação grupal, do debate e do confronto de opiniões; fomentar novos meios de comunicação, expressão e criação e, no caso concreto do teatro, recuperar o fluxo da memória vivenciado pelos idosos valorizando a sua identidade e subjetividade. Em termos específicos, a AT distingue-se por, fundamentalmente, trabalhar e participar nesse processo através de metodologias ativas e criativas.

1. ENVELHECIMENTO ATIVO

Tal como afirmam Carrilho e Patrício (2002) é necessário reconceptualizar as questões ligadas ao envelhecimento, nomeadamente, substituindo o modelo de ciclo vital tradicional dividido em três fases: educação, trabalho e reforma. Para estas autoras (Carrilho & Patrício, 2002), o conceito de envelhecimento ativo definido pela Organização Mundial de Saúde (2002: 79) como “o processo pelo qual se otimizam as oportunidades de bem-estar físico, social e mental durante toda a vida com o objetivo de ampliar a esperança de vida saudável, a produtividade e a qualidade de vida na velhice”, parece ser uma solução encontrada, tornando-se indispensável difundir e implementar as suas medidas de promoção.

A O.M.S (2002) defende que as pessoas idosas, para além da capacidade de estarem fisicamente ativas, devem ter uma implicação contínua em questões sociais, económicas, culturais e cívicas, bem como manter a sua autonomia e independência. Releva-se pois, tal como defendem

Tamer e Petriz (2007: 183), a necessidade de alterar os estereótipos ligados à concepção reducionista e tradicional dos idosos como “velhos, pobres e doentes”, e de valorizar a visão do envelhecimento como sendo uma conquista da humanidade que deve ser celebrada.

Reconhecer os direitos e pôr em prática os “Princípios das Nações Unidas para os Idosos”, definidos em 1999, é também um dos elementos-chave do conceito de envelhecimento ativo, o que implica a substituição das abordagens estratégicas baseadas exclusivamente nas necessidades, em que os idosos têm um papel passivo (O.M.S., 2002).

As políticas, programas e medidas de promoção do envelhecimento ativo postulam a necessidade dos seniores assumirem uma responsabilidade pessoal, ativa e intencional, no seu próprio envelhecimento, adotando práticas de saúde positivas não só na velhice, como em todas as fases de desenvolvimento (Martin, Gonçalves, Silva, Paul & Cabral Pinto, 2007; O.M.S., 2002).

Assim, concebe-se um novo conceito de envelhecimento que reconhece as pessoas como cidadãos de pleno direito, com voz ativa nos assuntos que lhes dizem respeito. Preconiza-se nesta nova concepção, a permanência durante mais tempo no mercado de trabalho, caso ainda estejam em condições de o desenvolver, a atualização de conhecimentos, o exercício físico, a educação lúdica e artística, entre outros (Rocha, 2009; Silva, S., 2009).

Para Rocha (2009: 49) é urgente criar projetos educativos adequados às especificidades das pessoas idosas de forma a desenvolverem as suas “aptidões, capacidades e competências por meio da educação e, nomeadamente, por meio de formas de expressão e de comunicação que sejam suscetíveis de alargar o seu potencial humano, favorecendo, simultaneamente, uma maior coesão social numa sociedade livre”.

Estas e outras medidas de promoção do envelhecimento ativo pretendem diminuir as situações de isolamento, declínio e exclusão a que muitas pessoas idosas estão sujeitas (Silva, S., 2009), bem como promover o desenvolvimento de formas de sociabilidade e relações sociais coletivas (Rocha, 2009).

Tal como afirmam Tamer e Petriz (2007: 183) há “um amplo consenso na aceitação do facto de que o conceito de envelhecimento ativo se refere ao processo de otimização do potencial do bem-estar social, físico e mental das pessoas ao longo da vida, para que este período de idade madura, cada vez mais comprido, seja vivido de forma ativa e autónoma”.

2. QUALIDADE DE VIDA

Valentini e Ribas (2003) consideram que para além da evolução científica que acarreta uma maior longevidade, a busca de qualidade de vida é também um dos aspetos a considerar para o processo de envelhecimento ativo do indivíduo.

A expressão qualidade de vida tem vindo a ser definida desde a década de 60. Inicialmente conotada com um significado apenas económico, com o passar do tempo o conceito foi evoluindo e na década de 80 ganhou um carácter multidisciplinar assumindo as dimensões: biológica, cultural, económica e psicológica. Na década de 90, o conceito ampliou-se, passando a integrar a noção de subjetividade, ou seja, a perceção que cada indivíduo tem da sua vida e dos seus domínios (saúde, dinheiro, etc.), de acordo com as suas perspetivas e expectativas (Simões, 2010).

Ferraz e Peixoto (1997: 318) consideram os diferentes fatores que interferem na qualidade de vida dos indivíduos, nomeadamente: indicadores sociais objetivos e indicadores subjetivos. Incluem nos primeiros “condições de saúde, aspetos do ambiente físico, qualidade da habitação, emprego e qualidade do trabalho, lazer, acesso a bens e serviços, segurança, justiça, oportunidades e participações sociais”. No que concerne aos aspetos subjetivos afirmam que estes abrangem termos como “felicidade, satisfação com a vida, bem-estar geral; que por sua vez estão relacionados com uma descrição positiva do casamento e situação familiar, relacionamento com o outro, amizades, forte crença religiosa, diferença entre as expectativas de vida e as realizações alcançadas, entre outros” (Ferraz & Peixoto, 1997: 319).

Martín e Pastor (1990 *in* Tamer & Petriz, 2007: 197) concebem a qualidade de vida das pessoas como “a relação global que se estabelece entre os estímulos positivos (favoráveis, agradáveis, etc.) e os estímulos negativos (adversos, desagradáveis, etc.) no decurso da sua vida social”. Segundo estes, esta relação está intimamente relacionada com a reação subjetiva do sujeito aos aspetos objetivos e concretos que o rodeiam.

O conceito de qualidade de vida deve, pois, ser pensado “como um possível *estado* de maneira dinâmica, como um processo socioeconómico, cultural e sociopsicológico de produção de *valores*, positivos e negativos, referentes à vida social de distribuição social desses valores, da perceção social desses valores pela população” (Tamer & Petriz, 2007: 197).

Este conceito inclui, entre outros, o conceito de bem-estar subjetivo que também tem vindo a ser definido por vários autores. Resende *et al.* (2010) afirmam que este abarca termos como felicidade, satisfação e estado de espírito.

De acordo com Galinha e Pais Ribeiro (2005: 204) o bem-estar subjetivo é ao mesmo tempo, “um conceito complexo, que integra uma dimensão cognitiva e uma dimensão afetiva, e um campo de estudo que abrange outros grandes conceitos e domínios de estudo como são a qualidade de vida, o afeto positivo e o afeto negativo”.

Giacomoni (2004: 44) considera que nos últimos 30 anos, o estudo deste conceito tem sido orientado por duas concepções de funcionamento positivo. Uma das orientações “iniciada pelo trabalho de Bradburn (1969 *in* Giacomoni, 2004: 44) diferencia o afeto positivo do negativo e define a felicidade como o equilíbrio entre os dois. A segunda concepção que vem ganhando atenção entre sociólogos, enfatiza a satisfação com a vida como o principal indicador do bem-estar”.

A satisfação com a vida relaciona-se com o valor que as pessoas atribuem às coisas, às situações. Assim, a satisfação é a concordância entre a imagem daquilo que se espera alcançar e o que realmente se alcança. A concordância, ou não, entre o modelo e as expectativas das pessoas gera insatisfação ou prazer (Kotler, 1998 *in* Oliveira, Gavira & Araújo, 2001; Tamer & Petriz, 2007).

Já Keyes e Magyar-Moe (2003 *in* Barros, 2006) consideram que a satisfação com a vida representa uma avaliação da vida a longo prazo.

Por seu turno, outros investigadores como Veenhoven (1991 *in* Barros, 2006: 13) consideram a felicidade como um sinónimo de satisfação com a vida definindo-a como “o grau com que um indivíduo julga a sua qualidade de vida global positivamente”.

Apesar da diversidade de definições, a investigação aponta para o tratamento dos dois termos (felicidade e satisfação com a vida) como sinónimos. Segundo Veenhoven (1996 *in* Barros, 2006: 25) uma

das vantagens em usar o termo satisfação com a vida em vez da palavra felicidade é que este enfatiza o carácter subjetivo do conceito, enquanto que a palavra felicidade é também usada, especialmente pelos filósofos, quando se querem referir a um bem objetivo. Além disso, o termo *satisfação com a vida* tem uma vantagem sobre o da expressão felicidade, pois refere-se a uma avaliação global da vida, em vez de emoções momentâneas.

No estudo de Resende *et al.* (2006), com o grupo de teatro “Os Mais Vividos” constituído por 12 idosos, com a idade média de 68 anos, constatou-se que as “pessoas que apresentam maior satisfação com a vida foram as que recebiam mais suporte afetivo, ou seja, parece que participar no grupo “Os Mais Vividos” proporciona aos seus integrantes sentimentos de compreensão, atenção e companheirismo”. Para Rodriguez e Cohen, (1998 *in* Resende *et al.*, 2010: 601) “o apoio social é considerado capaz de gerar efeitos benéficos tanto para a saúde física como mental, guardando uma

estreita relação com o bem-estar”. Assim, segundo Resende *et al.* (2010), as pessoas participantes neste projeto sentiram-se estimadas e valorizadas, o que as auxiliou a sentirem-se integradas no grupo, com o qual se identificaram e no qual encontraram motivação. Tal motivação parece ter-lhes atribuído um novo significado à vida. Para os mesmos autores (Resende *et al.* 2010: 601), os dados deste estudo “corroboram a afirmação de Freire e Resende (2001), quando dizem que a busca e a realização do sentido pessoal representam uma nova perspectiva de promoção de bem-estar, de enfrentamento e de adaptação, porque possibilita ao indivíduo experimentar uma continuidade no crescimento pessoal, mesmo vivendo as perdas e o declínio físico associados ao envelhecimento”.

No estudo de Ferraz e Peixoto (1997) – “Qualidade de vida na velhice: estudo em uma instituição pública de recreação para idosos” - salientam-se as conclusões atinentes à importância das atividades físicas, mentais e intelectuais que, muitas vezes, são interrompidas quando as pessoas deixam a vida laboral. Assim, os idosos participantes neste estudo “encontraram na instituição, alternativas de manutenção do convívio social e de envolvimento em atividades físicas, recreativas e ocupacionais, levando-os a ter uma percepção de autorrealização, felicidade e bem-estar, parâmetros mais significativos na avaliação de qualidade de vida” (Ferraz & Peixoto, 1997: 334). Segundo os mesmos autores, um dos aspetos fundamentais para a percepção da felicidade “é o convívio social, através da integração do idoso em grupos onde se sinta amado, respeitado, útil (...)” (Ferraz & Peixoto, 1997: 334).

No estudo de Valentini e Ribas (2003) – “Terceira idade: tempo para semear, cultivar e colher” – reflete-se sobre a necessidade de organizar atividades para este coletivo, numa perspectiva de educação permanente, dando-lhes a oportunidade de desenvolverem as suas capacidades e a motivação para vivenciar a velhice de uma forma positiva. Assim, concluem que “há que se organizar atividades educativas sugerindo estímulo à afloração de habilidades adormecidas e cultivo de novos paradigmas que direcionariam a uma estruturação mais coerente de comportamento e formação de hábitos nos idosos, de forma com que esses ampliassem as suas perspectivas de vida com qualidade e bem-estar” (Valentini & Ribas, 2003: 143). Os mesmos autores sugerem ainda, que estas atividades sejam baseadas em valores sociais, afetivos e humanos, para proporcionar aos idosos equilíbrio e conforto emocional, fundamental para um envelhecimento saudável (Valentini & Ribas, 2003).

Assim, é necessário que a sociedade una esforços no sentido de desenvolver o potencial dos idosos, para que desfrutem de um envelhecimento saudável e ativo.

A investigação aponta para que as medidas de promoção do envelhecimento ativo possam ir desde programas de atualização de conhecimentos numa lógica de aprendizagem ao longo da vida,

aos programas de animação sócio-cultural e, mais especificamente, animação teatral, através dos quais se objetiva a ressignificação da velhice, dando ao idoso um papel ativo e intencional no seu processo de desenvolvimento.

3. GERONTOLOGIA EDUCATIVA E O DIREITO À EDUCAÇÃO PERMANENTE

O caráter inter e multidisciplinar da gerontologia permite que se faça o enquadramento adequado para abordar o estudo e a intervenção na velhice e no envelhecimento humano. Ao acrescentar a palavra “educativa” adjetiva-se ou subjetiva-se “o papel da educação e das ciências a ela ligadas, enquanto elemento específico, quer para a reflexão, quer para a ação, desse triplo objeto de conhecimento gerontológico constituído pelo envelhecimento, como processo, pela velhice, como etapa da vida, e pela pessoa, como sujeito que envelhece” (Martín, 2007: 47).

A gerontologia educativa é um campo de trabalho profissional e académico que possibilita o estudo e a intervenção educativa especializada com pessoas adultas. Parte do pressuposto que, através das ações socioeducativas e de um ambiente rico e estimulante, é possível prevenir as situações de deterioração biológica que o envelhecimento provoca (Martín, 2007; Osório, 2004).

O que se objetiva é dotar as pessoas de estratégias para planearem o envelhecimento de forma positiva, procurando novos interesses e atividades, de forma a prevenir eventuais declives, a ocuparem papéis sociais significativos, a desenvolverem-se pessoalmente, a estabelecerem relações sociais e a ocuparem, de forma útil e agradável, o seu tempo livre (Martín, 2007; Osório, 2007).

Apesar de, na intervenção socioeducativa com pessoas idosas se privilegiar a interação grupal, é necessário também atender ao princípio da individualidade, isto é, considerar as capacidades, interesses e necessidades únicas de cada idoso, tendo o cuidado de dar a cada um, no seio do grupo, uma atenção individualizada (Martín, 2007).

Tal como aponta a investigação, os problemas básicos das pessoas idosas são mais de ordem social do que propriamente de tipo físico. Neste sentido, vários autores defendem o direito das pessoas à aprendizagem ao longo da vida.

Se durante muito tempo se considerou que esta faixa etária não necessitava de educação, atualmente, esta visão alterou-se, devido a um conjunto de transformações culturais e históricas que têm vindo a acontecer desde o início do século. Hoje, a educação ao longo da vida é umas das estratégias defendidas por vários autores como ferramenta para a promoção do envelhecimento ativo.

Numa sociedade de conhecimento, as mudanças sociais e económicas são cada vez maiores. Assim, a educação não deve ser um processo que se circunscreve a uma idade, nomeadamente ao período de escolarização obrigatória, mas sim que continua durante toda a vida (Osório, 2004). Tal como afirma Pose (2000: 143) “é um assumido convencionalismo a conceção da educação como processo permanente vinculado à melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e das suas comunidades”.

Na ótica de Tamer e Petriz (2007) o fim último da aprendizagem ao longo da vida não é apenas a aquisição de conhecimentos ou capacidades. É, pois, um processo através do qual o ser humano se desenvolve mais plenamente com o objetivo de melhorar a sua qualidade de vida. O processo de envelhecimento “exige o desafio de propostas significativas para os tempos livres que, através da geração de novas aprendizagens, promovam espaços reais para a expressão do idoso como ser *diferente*, para a sua *afirmação na sua originalidade* e na sua *mesmidade*” (Tamer & Petriz, 2007: 200).

Assim, os programas educacionais dirigidos às pessoas idosas têm o intuito de promover a sua autonomia, participação, relacionamento social, desenvolvimento pessoal, aquisição de novas competências para prosperarem numa sociedade de conhecimento e o usufruto de um tempo livre com qualidade após a saída do mundo laboral (Martin *et al.*, 2007; Tamer & Petriz, 2007).

Na mesma linha de pensamento, Valentini e Ribas (2003) consideram que as intervenções educativas com idosos devem potenciar o desenvolvimento cognitivo, bem como o estímulo e motivação para estabelecer formas positivas de vivenciar a velhice, numa perspetiva de educação ao longo da vida. Estas intervenções devem visar a oportunidade das pessoas idosas ampliarem as suas perspetivas de vida com qualidade e bem-estar.

A educação permanente é também uma estratégia para mudar determinadas conceções erradas acerca da sociedade em geral e, neste caso concreto, relativamente às pessoas idosas (Martin *et al.*, 2007; Tamer & Petriz, 2007).

Tal como afirma Martín (2007), a gerontologia educativa parte do contexto em que as pessoas idosas se encontram, das suas necessidades e interesses, levando a cabo um processo socioeducativo de reflexão pedagógica, de investigação e de ação, com o intuito de melhorar a sua qualidade de vida. Este tipo de intervenção “fundamenta-se na pedagogia social e a sua metodologia é dada pela educação e pela animação sócio-cultural nas suas diversas modalidades” (Martín, 2007: 53).

4. ANIMAÇÃO SÓCIO-CULTURAL E TERCEIRA IDADE

A animação sócio-cultural, uma área relativamente nova nas ciências sociais, parece ser uma das respostas encontradas para enfrentar alguns dos desafios do aumento da população idosa. Caracteriza-se por um conjunto de técnicas sociais que têm como objetivo promover a participação ativa e voluntária das pessoas no seio de um determinado grupo ou comunidade (Ander-Egg, 2001; Vallicrosa, 2004). É também considerada uma ferramenta para a transformação social (Serrano, 2004) que contribui para a melhoria da qualidade de vida das pessoas (Ander-Egg, 2001; Serrano, 2004; Vallicrosa, 2004).

De acordo com Valente (2010), da mesma forma que emergiu um novo paradigma para a infância que defende a participação ativa das crianças nos assuntos que lhes dizem respeito, é necessário implementar também um novo paradigma para a velhice. É urgente, pois, considerar a participação ativa das pessoas idosas, rompendo com os estereótipos associados a esta faixa etária.

Segundo Lopes (2006: 329), a ASC na terceira idade, funda-se, “nos princípios de uma gerontologia educativa, promotora de situações otimizantes e operativas, com vista a auxiliar as pessoas idosas a programar a evolução natural do seu envelhecimento, a promover-lhes novos interesses e novas atividades, que conduzam à manutenção da sua vitalidade física e mental (...)”.

Este tipo de atividades pressupõem também gerar processos de participação social através dos quais as pessoas idosas se tornem agentes do seu próprio desenvolvimento (Martín, 2007; Osório, 2007) e sejam capazes de elaborar novas formas de relacionamento, expressão e comunicação social (Gómez, 2004). Estas atividades devem ainda considerar a compreensão do meio circundante, a educação e formação permanente, o usufruto da cultura, a partilha de conhecimentos, o desenvolvimento de espírito crítico e o encontro intergeracional (Osório, 2004).

De acordo com Jacob (2007: 32), a animação com as pessoas idosas tem, entre outros, como objetivos:

- Centrar-se sobre as necessidades, os desejos e os problemas vividos por cada membro do grupo;
- Suscitar o interesse direcionado a outras pessoas com a finalidade de viver em harmonia aceitando e respeitando os valores, as crenças, o meio e a vivência de cada um;
- Fazer renascer gostos e desejos dando a cada um ocasião de se redescobrir, (...) de participar na vida do grupo, favorecer as relações, promover as trocas e criar assim uma nova arte de viver baseada na relação/interação;
- Permitir às pessoas idosas que se reintegrem na sociedade como membros ativos (...).

Dada a especificidade das características deste coletivo – idade, reforma, situações de convivência, condições de saúde física e mental, contexto residencial, grande disponibilidade de tempo, etc. – os programas de animação sócio-cultural devem ser adaptados às necessidades, interesses e condições específicas do grupo.

Na opinião de Valentini e Ribas (2003) este tipo de atividades devem ser pautadas por valores sociais, afetivos e humanos, objetivando o equilíbrio e o conforto emocional que fundamentam um envelhecimento saudável.

Na perspectiva de Ferrigno (2006: 25), estas atividades devem ser realizadas em grupo, dado que exercem na pessoa idosa “um poder restaurador da afetividade, da autoestima, da autoconfiança e até um sentimento de capacidade de retorno à atividade produtiva”. O trabalho em grupo propicia a troca de experiências individuais o que contribui para a participação e autorrealização das pessoas idosas e para combater a marginalização social a que, muitas vezes, estão sujeitas. O grupo dá-lhes a possibilidade de partilharem narrativas, de exercerem novos papéis e de se confrontarem com novos desafios.

5. ANIMAÇÃO TEATRAL E TERCEIRA IDADE

A animação teatral, dado o seu caráter multidisciplinar, parece ser outra estratégia benéfica para a promoção do envelhecimento ativo. As técnicas teatrais permitem mobilizar as pessoas para uma participação ativa nos assuntos que lhe dizem respeito, funcionando como um meio de transformação social. Permite ainda combinar atividades de lazer com a aquisição de aprendizagens.

Segundo Vieites (2006), a animação teatral é uma disciplina em construção, com uma dimensão educativa, artística, social e cultural, que se situa entre a pedagogia social e a pedagogia teatral. Fruto de um conjunto de práticas cénicas, técnicas e metodologias de trabalho, a animação teatral tem como objetivo proporcionar momentos de criação, expressão, comunicação, análise e receção teatral. Mantém igualmente fortes relações com um conjunto de campos de conhecimento, ciências e disciplinas como a teoria do teatro, a pedagogia teatral, a pedagogia social, a psicologia, a etnografia, a sociologia, entre outros (Vieites, 2006).

Para Ventosa Pérez (2006), a animação teatral é o “tipo de animação sócio-cultural (na sua modalidade cultural) que se serve do teatro e das suas técnicas para a consecução da sua meta fundamental, isto é, o desencadeamento de processos auto-organizativos mediante o desenvolvimento da criatividade individual e expressão coletiva” (Ventosa Pérez, 2006: 108). Segundo o mesmo autor, a

animação teatral nasce da complementaridade entre animação e teatro e não da sua mera justaposição (Ventosa Pérez, 2006).

Um objetivo comum à animação sócio-cultural e ao teatro é o de que ambos pretendem que as pessoas saiam da sua passividade, que ajam sobre as suas próprias vidas, que recuperem a sua autonomia (Úcar, 2006). O teatro, perspectivado desta forma, “está intimamente vinculado à educação e constitui-se, essencialmente, num tipo de aprendizagem individual e coletiva” (Úcar, 2006: 125). O teatro, como estratégia fundamental dos processos de animação teatral, permite ainda: implicar a pessoa como um todo (corpo, mente, emoções, sentimentos); pôr em ação os seus recursos expressivos e comunicativos; e trabalhar com o seu inconsciente colocando a pessoa perante as suas contradições, medos e receios e procurando que ela própria encontre os meios para os superar e/ou aprender a conviver com eles (Úcar, 2006: 126).

Através das técnicas da animação teatral geram-se processos de criação cultural, aprendizagem e “empoderamiento” dos participantes (Úcar, 2006: 122). O que se pretende é que as pessoas, na interação consigo próprias e com os outros, descubram “aspetos ignorados das suas personalidades e que aprendam a rentabilizá-los em termos de maior felicidade e equilíbrio pessoal ou interativo” (Úcar, 2006: 125).

No entanto, o teatro como meio de animação sócio-cultural e o teatro como arte são coisas distintas. Ao teatro como arte, ou seja, ao teatro profissional, interessa o produto final. Contrariamente, na animação teatral, a ênfase coloca-se não tanto nos produtos, mas mais nos processos (de expressão, comunicação e participação). Neste sentido, a atividade teatral é o resultado a que ela conduz, não constitui um fim em si mesma mas um meio para conduzir aos objetivos da animação sócio-cultural: “o desenvolvimento da participação e da criatividade individual e coletiva” (Ventosa Pérez, 2006: 109).

Os agentes que intervêm na animação teatral e no teatro são também distintos. No teatro, os principais agentes são os criadores, os artistas/atores, os críticos e os gestores da cultura. Já na animação teatral, os agentes são os animadores teatrais que podem ser animadores, educadores ou monitores (Ventosa Pérez, 2006). Impõe-se, pois, a necessidade de criar um novo perfil profissional que propõe uma formação específica em função de novos e prometedores campos de intervenção sócio-cultural: escolar, extraescolar, associativo, entre outros (Ventosa Pérez, 2006). Neste sentido, segundo o mesmo autor, o que define um animador teatral não é tanto a sua condição de produtor artístico, mas essencialmente a sua capacidade de catalisar as necessidades e possibilidades de um determinado grupo. Tem, pois, uma tarefa mais sócio-cultural do que artística (Ventosa Pérez, 1990).

Contudo, há vertentes comuns na formação do animador sócio-cultural e do ator. Em termos práticos, ambos utilizam um método ativo, indutivo ou experiencial e, em termos de atitudes e aptidões, ambos são detentores de formação e cultura integral, espírito crítico e capacidade de autoanálise (Pose, 2000; Ventosa Pérez, 1990). O animador teatral deve, assim, possuir conhecimentos básicos sobre a teoria sócio-cultural e sobre teatro (Pose, 2000). Deve ainda ter formação em educação, pedagogia, psicologia, saúde, arte, escrita, entre outros, para que possa dar resposta ao conjunto de exigências, necessidades e interesses dos diferentes públicos-alvo com que trabalha (Passatore, 2000). Segundo o mesmo autor, os princípios didáticos dos profissionais de teatro (ator, autor, encenador, cenógrafo, etc.) devem igualmente ser adaptados às necessidades formativas dos animadores (Passatore, 2000). Assim, um animador teatral, tal como um ator deve possuir competências e conhecimentos ao nível da concentração, imitação, expressão corporal, expressão verbal, interação pessoal e improvisação. Deve possuir também conhecimentos básicos de encenação, cenografia, dramaturgia, iluminação, etc..

No que concerne aos destinatários, no teatro, o público exerce o papel de espectador. É um recetor passivo das obras e produtos culturais elaborados pelos profissionais do teatro. Pelo contrário, na animação teatral, os destinatários são convidados a converterem-se em agentes ativos, protagonistas dos seus próprios processos (Ventosa Pérez, 2006).

A investigação aponta para que uma das principais finalidades da animação teatral seja a de devolver ao sujeito a sua “voz” ativa, a capacidade de se tornar um agente de mudança e assumir um papel ativo em assuntos de ordem social, política e cultural da sua comunidade, utilizando o seu capital cultural e teatral (Vieites, 2006). A animação teatral, através de diversas técnicas, estratégias, procedimentos e atividades, fomenta o teatro como meio de transformação social, cultural e educativa, com diferentes objetivos, nomeadamente, levar as pessoas a compreenderem e a consciencializarem-se sobre determinados problemas (Lopes, 2006). Portanto, tal como afirma Ventosa Pérez (1990), a animação teatral é considerada não um fim em si mesma, mas um meio de alcance da comunidade. De igual modo, o teatro pode usar as técnicas da animação no sentido de desenvolver um público crítico e exigente, bem como recuperar a tradição do teatro popular (Ventosa Pérez, 1990).

Segundo Vieites (2006), a animação teatral contribui para a adaptação e integração das pessoas, na medida em que o teatro, quer como meio de difusão quer como meio de receção teatral, fomenta a socialização, o convívio e a interação entre as pessoas. Promove também a aquisição de novos conhecimentos, através dos quais as pessoas se podem expressar e comunicar. Através da sua função crítica, induz as pessoas “quer sejam difusoras quer sejam recetoras, a refletirem e tomarem uma posição perante os conflitos vividos pelas personagens, em determinado momento histórico e

realidade social determinada” (Vieites, 2006: 184). A animação teatral pretende que as pessoas usem e desfrutem do seu tempo livre como um tempo para o desenvolvimento pessoal e de transformação social, mobilizando-as e levando-as a participar, a discutir, a debater assuntos que lhes dizem respeito num ambiente lúdico. Permite ainda promover processos de criação de produtos cênicos que expressam um sentir individual e coletivo e um assumir de uma posição sobre determinadas problemáticas (Vieites, 2006).

Assim, a animação teatral com pessoas idosas pressupõe contribuir para que estas se consciencializem sobre determinadas problemáticas e encontrem meios de as solucionarem, provocando a mudança e a transformação das suas próprias vidas. Para além disso, deverá fomentar a receção teatral no sentido de manter vivas as memórias das pessoas idosas, os ditos populares, as canções e as danças do seu tempo.

6. “TEATRO DE MEMÓRIA” COM PESSOAS IDOSAS

A literatura, em particular a literatura científica do foro da relação teatro/terceira idade, é relativamente recente e escassa. Percebe-se porquê, esta produção científica decorre e inscreve-se na grande e atualíssima problemática que é o envelhecimento da população mundial.

Embora a questão do envelhecimento não seja nova, só nos finais do séc. XX, em consequência do avolumar dos problemas decorrentes da explosão do envelhecimento da população mundial e, por via das abordagens demográficas, a questão ganhou contornos iminentemente políticos, educacionais e sociais configurando-se, progressivamente, como campo aberto à intervenção social e à investigação científica multidisciplinar.

Ainda que em fase embrionária e modelando-se na origem, em diferentes tradições epistemológicas e educacionais, é já possível mapear estudos que abordam as relações entre teatro e terceira idade, convocando para isso perspectivas e metodologias diversas.

Uma primeira linha dessa literatura é proveniente da chamada educação de adultos. Enraíza-se e fundamenta-se essencialmente nas relações histórias e políticas entre a chamada “pedagogia do oprimido” e o “teatro do oprimido” que adquiriram com Paulo Freire e Augusto Boal as respetivas paternidades.

Paulo Freire propõe na sua teoria, a superação da relação “opressor-oprimido” e uma nova pedagogia na qual se associa estudo, experiência vivida, trabalho e política (Teixeira, 2007: 29-32). A pedagogia do oprimido defende o diálogo libertador e não o monólogo opressivo fundando-se “no

princípio de que o processo educacional deve partir da realidade que cerca o educando, não sendo suficiente somente saber ler, mas também é necessário compreender qual o contexto social e cultural em que se está inserido” (Teixeira, 2007: 30). Freire, através do seu método, chama a atenção para a importância da reflexão e da ação dos homens no mundo, no sentido de o transformarem.

O teatro do oprimido surgiu em finais dos anos 50 e princípios dos anos 60 com Augusto Boal. É um tipo de teatro interativo caracterizado por uma vertente pedagógica, social, cultural, política e terapêutica. Através deste, pretende-se tornar o espectador (passivo) em protagonista da ação dramática (ser criador); estimulando-o a refletir sobre o passado, transformar a realidade no presente e inventar o futuro (Ferro, 2001 *in* Úcar, 2006). O pai do teatro do oprimido, Augusto Boal, (2000 *in* Teixeira, 2007) propõe, assim, uma prática teatral revolucionária que incentiva os oprimidos a lutarem pela libertação. O teatro do oprimido é, no fundo, segundo Teixeira (2007: 80), uma “versão teatral da pedagogia do oprimido de Paulo Freire de socializar os meios de produção do teatro, no intuito de devolver ao “*povo*” o que dele foi tirado ao longo da história”. A metodologia do teatro do oprimido consiste “em realizar reflexões sobre as relações de poder, explorando histórias entre opressor e oprimido, onde o espectador assiste e participa na peça. Todos os textos são construídos coletivamente a partir das histórias de vida, baseados nas experiências e problemas típicos da coletividade” (Teixeira, 2007: 93). Este trabalho pode ser feito através de várias técnicas: teatro-fórum, teatro interativo, teatro legislativo, teatro popular, teatro-imagem, teatro da consciencialização, teatro invisível, entre outros (Úcar, 2006).

Segundo Boal (2007: 127) “todos os grupos teatrais verdadeiramente revolucionários devem transferir ao povo os meios de produção teatral, para que o próprio povo os utilize à sua maneira e para os seus fins”.

Uma segunda linha da literatura do foro da relação teatro/terceira idade tem vindo a desenvolver-se no âmbito da investigação em animação sócio-cultural.

Autores como Rodrigues (2009) consideram que o ponto de partida para aprendizagens enriquecedoras com idosos é a sua história particular de vida e o conjunto de situações e problemas vivenciados por estes. A animação sócio-cultural permitiu aos seniores participantes do projeto “Animação de seniores: uma iniciativa educativa numa universidade de terceira idade”: “(...) realizar atividades educativas de forma lúdica e pedagógica e desenvolver: atitudes cooperativas; o desejo de participação; um sentido crítico perante a situação social; a resolução de problemas” (Quintana & José, 1993 *in* Rodrigues, 2009: 90).

Para Ferrigno (2006: 30), os idosos inseridos em projetos de animação sócio-cultural, para além de adquirirem novos conhecimentos, têm a oportunidade de usufruírem de “novas experiências de vida na convivência com os outros homens e mulheres e na perspectiva de fazer valer a sua vontade coletiva”.

Valentini e Ribas (2003: 143) analisaram o programa da terceira idade da Unicentro (Universidade Estadual do Centro-Oeste) e concluíram que é necessário “organizar atividades educativas sugerindo estímulo à afloração de habilidades adormecidas e cultivo de novos paradigmas que direcionariam a uma estruturação mais coerente de comportamento e formação de hábitos nos idosos, de forma com que esses ampliassem suas perspectivas de vida com qualidade e bem-estar”.

Da mais nova tradição da animação sócio-cultural – a animação teatral – começaram a surgir mais recentemente os primeiros estudos, fundamentalmente produzidos do outro lado do Atlântico.

A par da diversidade e pluralidade de experiências vividas em cada um destes projetos (Muniz, 2010; Sales, Oliveira & Lemos, 2004; Soares, 2010; Venâncio, 2001, 2006a, 2006b, 2008, 2010), há um elemento que é comum a todos: o trabalho com e sobre a memória e a subjetividade.

Como já vimos, o processo de envelhecimento é caracterizado por diversas alterações em termos biológicos, psicológicos e sociais. De entre as alterações fisiológicas, destacam-se as que estão envolvidas no processo cognitivo, nomeadamente, as alterações na memória. Estas alterações põem em causa o bem-estar bio-psico-social das pessoas idosas e condicionam a sua participação na vida em sociedade. A par disto, a entrada na reforma pode acarretar consequências como a inatividade e a passividade deste coletivo. Em consequência, a saúde mental e física pode diminuir, levando ao declínio cognitivo e à demência (Souza & Chaves, 2005).

Contudo, a investigação aponta para que a perda de memória não seja somente condicionada por processos anatomo-fisiológicos. Defende-se que esta se deva também à diminuição do exercício cognitivo, “baseado na ideia de que para garantir que uma certa informação seja preservada é preciso que ela seja solicitada, ou seja, para funcionar de forma adequada, o cérebro precisa ser solicitado” (Souza & Chaves, 2005: 15). Daí que se recomende que as pessoas idosas sejam estimuladas com atividades que exigem atenção, concentração e raciocínio lógico (Souza & Chaves, 2005). Assim, defende-se a “aplicação do exercício da memória, através da sua estimulação/ motivação, como método terapêutico na recuperação e/ou manutenção dessa função neural em idosos (...)” (Souza & Chaves, 2005: 15).

A memória constrói-se na interação do indivíduo com o seu meio social. É pois uma reconstrução dado que implica reviver, refazer, reconstruir, repensar. Assim, um mesmo acontecimento vivido por duas pessoas é recordado de formas distintas, dado que depende da forma como foi percebido e das ligações efetuadas em cada psiquismo (Cabral & Lopes, 2002). A reminiscência, “enquanto processo normativo inerente a todos os seres humanos, consiste na recordação de uma experiência ou facto, à qual o sujeito associa de modo habitual dor ou prazer (Aberg, Sidenvall, Hepworth, O'Reilly, & Lithell, 2005; Haight, Bachman, Hendrix, Wagner, Meeks, & Johnson, 2003 *in* Gonçalves, Albuquerque & Martín, 2008: 101). Ainda que não seja exclusiva de uma etapa específica de vida, torna-se progressivamente mais presente consoante o sujeito envelhece” (Cappeliez, O'Rourke, & Chaudhury, 2005; Gibson, 2004 *in* Gonçalves, Albuquerque & Martín, 2008: 101).

De acordo com Ferreira (2006), a memória, atualizada pela categoria lembrança, constitui a representação que os sujeitos fazem de si próprios e da sua própria vida. Por outras palavras, “a lembrança vem ao presente retrabalhando, ressemantizando o passado evocado. A linguagem – veículo primeiro de socialização das lembranças – mantém avivadas as várias temporalidades que cruzam o sujeito (...)” (Ferreira, 2006: 209).

A investigação aponta para a importância de trabalhar com as pessoas idosas ao nível das reminiscências, ou seja, das memórias, das lembranças que se conservam na memória (Souza, 1999 *in* Eiras *et. al*, 2004). Através desse trabalho, pressupõe-se manter a sua integridade física, valorizar a sua participação, facilitar a transmissão da herança cultural, elevar a sua autoestima, proporcionar o alívio de sentimentos negativos, como raiva, culpa, vergonha, etc. (Eiras *et al*. 2004). Esta função terapêutica da prática das reminiscências também é defendida por Tourinho (2007 *in* Portella e Ormezzano, 2010: 73) que afirma que o “processo de recordação é provocado e não possui o intuito de levar o idoso a se isolar no passado” mas sim a retirar deste os aspetos positivos e saudáveis.

Para diversos autores (Cabral & Lopes, 2002; Ferreira, 2006; Portella & Ormezzano, 2010), é indubitável que este trabalho de evocação de memórias possibilita aos idosos reafirmarem a sua existência no tempo, resgatar a sua identidade e construir uma nova subjetividade.

O termo subjetividade, muito usado na psicologia social, refere-se à construção do sujeito “pela integração do sujeito psíquico que tem uma história individual e portanto desejos, sonhos e fantasias, e do sujeito social, concebido como o sujeito da história social que a produz e dela recebe as transformações necessárias” (Grinspun & Azevedo, 2000: 4).

A heterogeneidade do idoso é outra das características fundamentais para a construção da sua identidade e subjetividade. De acordo com Mercadante (1997 *in* Mercadante, Ferreira, Pagenotto & Ferraz, 2008: 4) a “noção de identidade é útil para classificar um grupo de pessoas cronologicamente reconhecidas como idosas, mas essa mesma noção não explica o ser velho como um sujeito pleno de desejos e, dessa forma, não somente portador de uma identidade, mas também, e, principalmente, de subjetividade”.

Portanto, o novo sujeito idoso constrói-se a partir de uma “subjetividade” que nega a identidade estigma (Cabral & Lopes, 2002) rompendo com os estereótipos de improdução, inatividade, alienação, solidão, entre outros, associados à velhice. O novo idoso pensa e inventa novas possibilidades para a sua vida futura (Mercadante, 1997 *in* Mercadante, Ferreira, Pagenotto & Ferraz, 2008).

Alguns estudos apontam o teatro como um elemento transformador que permite recuperar o fluxo da memória vivenciado pelos idosos (Muniz, 2010). Assim, o teatro com as pessoas idosas possibilita a revalorização da sua identidade e subjetividade, bem como a desconstrução da visão estereotipada que se tem da velhice (Muniz, 2010; Sales, Oliveira & Lemos, 2004; Soares, 2010; Venâncio, 2001, 2006a, 2006b, 2008, 2010). Constitui também um meio de comunicação, através do qual expressam sentimentos, dificuldades e anseios (Sales, Oliveira & Lemos, 2004).

Para Soares (2010: 4), o trabalho teatral com a terceira idade tem como objetivo “poetizar a vida, reconhecendo que a experiência da beleza, a fruição estética da alma, existe nesta dinâmica viva do teatro, entre contração e expansão, dor e alegria, morte e vida”.

Neste universo tão novo e multidisciplinar da relação do teatro com as narrativas biográficas, destaca-se o trabalho que Beatriz Pinto Venâncio (2001, 2006a, 2006b, 2008, 2010) tem vindo a desenvolver ao nível do teatro e memória com pessoas idosas. Esta autora denomina este trabalho de expressão e comunicação das memórias dos idosos, de “dramaturgia breve de lembranças” (Venâncio, 2006a: 2) situando-o “no terreno do teatro comunitário, social e educativo” (Venâncio, 2006b: 145). Através deste trabalho processual pretende-se que os idosos, num ambiente lúdico, debatam, aprendam, se relacionem com os outros, se expressem etc., (Venâncio, 2008). Assim,

Transformando memórias em ficção, enfrentam o passado num movimento de aproximação e afastamento. Vencem dores, até então intocadas, e dominam o que parece esvaír-se. No mundo do artifício e do simbólico, nossos lembradores procuram manter sua identidade, encontrando novas significações para a experiência existencial. Ao incorporar elementos biográficos e circunstanciais, constroem um mural de suas vidas e descobrem um novo canal de expressão

para suas lembranças, abrindo novas vias de comunicação entre gerações e inventando uma maneira peculiar de falar sobre o passado (Venâncio, 2006b: 149).

Outro elemento comum nos vários estudos convocados sobre projetos de animação teatral junto da terceira idade é proposto o seu faseamento organizado nas oficinas. Assim, a investigação aponta para que, após uma fase de protocolos com o contexto no qual se pretende desenvolver o projeto, se avance para uma outra de trabalho com exercícios relacionados com o estabelecimento de relações de confiança no grupo, promovendo a sua desinibição, cooperação e coesão. A esta segue-se uma fase que contempla exercícios ligados ao processo performativo, ao jogo e à improvisação. Por fim, uma fase que contempla a representação, que pode ou não assumir a forma de espetáculo, acessível a uma comunidade maior.

Na fase inicial, através de vários indutores tais como música, fotografias e objetos, pretende-se provocar o relato oral das memórias das pessoas idosas. Estes relatos são arquivados para, posteriormente, serem utilizados nas oficinas. Primeiro como material de jogo e, mais tarde, como conteúdo do próprio texto (Venâncio, 2008).

Numa segunda fase, o papel do animador teatral consiste em retirar dos relatos orais, material para exercícios e improvisações. Através dos exercícios e improvisações que o animador teatral propõe, pretende-se provocar a memória do grupo. Estas memórias são gravadas, transcritas pelo animador teatral ou escritas pelos próprios sujeitos. Nestas encontramos

(...) a grande mesa de refeições, espaço para cenas que evocam antigas brincadeiras, modos e maneiras exigidos por uma educação rígida, momentos de encontros familiares. Os quintais espaçosos trazem, para nosso pequeno espaço, velhas árvores frondosas, em baixo das quais sentavam-se as avós e construíam-se balanços. As idas e vindas aos quartos de infância, à rua, à escola transformam a memória numa matéria elástica, em que as reminiscências fragmentam-se em camadas superpostas, entrecruzadas, sem linearidade (Venâncio, 2006b: 147).

As lembranças do passado aparecem impregnadas da experiência atual. Como afirma Bosi (1994: 20 *in* Venâncio, 2001: 54) lembrar não é reviver, mas redizer. É reflexão, compreensão do agora a partir do outrora, é sentimento, reaparição do feito e do ido, não a sua mera repetição". É pois na ação que as memórias ganham teatralidade e as histórias originais são imbuídas de elementos ficcionais, unindo "narração, representação, música e trabalho corporal" (Venâncio, 2008: 296).

O trabalho de provocação de memórias é realizado em grupo. Portanto, este processo acontece valorizando a experiência de cada um, mas também a diversidade, o confronto de opiniões e o processo de escolhas feitas pelo grupo. Por isso, as lembranças que o grupo seleciona reforçam o

sentido de identidade e de pertença ao grupo. Os elementos do grupo sentem-se unidos pelo reconhecimento, no discurso uns dos outros, de factos das suas próprias vidas (Venâncio, 2001).

Na terceira fase, dá-se o processo de escrita dramatúrgica, também em grupo, baseado no material das improvisações constituído pelas histórias e jogos teatrais realizados nas oficinas. Para Soares (2010: 4), pretende-se “à maneira de uma colagem, seleccionar e costurar os jogos e achados cénicos obtidos no decorrer do processo, de maneira a construir uma cena dotada de sentido e teatralidade sem a preocupação, no entanto, de estabelecer um enredo ou sequência linear”. Tal como afirmam Sales, Oliveira e Lemos (2004) o que interessa verdadeiramente numa experiência teatral com pessoas idosas é a promoção da sua participação ativa em todas as fases do processo: a escrita do texto, a construção das personagens, a realização dos figurinos, dos cenários, etc..

Este processo poderá resultar num espetáculo final que reflete o “discurso sentido, percebido, vivido e pensado pelo idoso” (Sales, Oliveira & Lemos, 2004: 2).

Assim, para Venâncio (2008: 292), este tipo de trabalho envolve “a construção do arquivo de histórias de vida de pessoas comuns, a comunicação de memórias pela via teatral, o exercício da escrita dramatúrgica e a inclusão social de indivíduos idosos”.

Na fase final da oficina, as pessoas idosas apresentam à comunidade o resultado do trabalho realizado.

Muniz (2010) concluiu no seu estudo – “Biografias Cénicas” - a importância das pessoas idosas se apresentarem em público. Contudo, a autora considera que não deve haver a pressão de um produto final. Por um lado, porque valoriza mais o processo do que o produto. Por outro, devido à escassa assiduidade dos idosos e à reduzida duração das sessões que nem sempre permitem a continuidade do trabalho. Assim, o importante é apresentar o resultado do processo até àquele momento específico.

Para pôr em cena as suas memórias, segundo Venâncio (2008), os idosos recorrem ao conhecimento do fazer teatral que aprenderam e ainda admiram, utilizando frequentemente alguns clichés melodramáticos que se atenuam pelos recursos da comédia. No entanto, “incorporados à representação social de teatro aí revelada, estão os novos códigos teatrais apreendidos nas oficinas, fazendo surgir um modo próprio destes atores de fazer e pensar o teatro para contar as suas memórias no palco” (Venâncio, 2008: 297-298).

No entanto, apesar do jeito ainda amador de representar, a investigação aponta para o facto dos idosos conseguirem criar um diálogo íntimo, uma relação de cumplicidade com a plateia (Venâncio, 2006b). Assim, “contando histórias de suas histórias, nosso grupo convida a plateia a

diminuir o ritmo frenético na recepção de informações. Emociona, ao mesmo tempo em que faz a plateia pensar sobre suas vidas inscritas por costumes e hábitos de uma época determinada” (Venâncio, 2006b: 149).

Para Venâncio (2008: 229) este trabalho “(...) é fruto de um trabalho artesanal e em processo, cujas formas estão sempre por vir”. A autora, considera-o um teatro político, um “(...) teatro de experimentação, de tropeços e tentativas, de busca de novas linguagens que acolham memórias e histórias. Um teatro de afetos e de partilhas. Um trabalho com duplo objetivo: uma parte se dirigindo ao teatro, outra à vida” (Lecoq, 1997: 27 *in* Venâncio, 2006: 146).

Assim, os estudos sobre teatro e memória na terceira idade, apontam para a importância de um trabalho que tenha como objetivo não só a ocupação do tempo, mas também a aquisição de novos conhecimentos e o desenvolvimento pessoal. Por outro lado, este trabalho ajuda os idosos a desinibirem-se, capacitando-os “a mostrar algum desempenho em cena, evitando a simples animação do texto, procurando pensar por meio da linguagem teatral e inventando um sistema de atuação vinculado ao processo criativo” (Venâncio, 2006a: 3). Apontam pois a importância de trabalhar a memória, a história de vida do grupo, a reminiscência como forma de desconstruir a ideia estereotipada que a sociedade tem da velhice e mostrar que o novo idoso quer ver-se respeitado como cidadão de pleno direito e com voz ativa nos assuntos que lhe dizem respeito.

Síntese

Tal como constatado, o idoso atual quer ver-se reconhecido como cidadão com voz ativa em assuntos de ordem social, política e cultural da sua comunidade. A visão estereotipada e preconceituosa em torno das pessoas idosas tende a mudar. A investigação tem vindo a demonstrar os impactos positivos de projetos de educação, animação sócio-cultural e animação teatral na aquisição de novas aprendizagens, de novas formas de relacionamento, expressão, comunicação e na melhoria da qualidade de vida em termos sociais, psicológicos e físicos, deste coletivo. Os primeiros estudos sobre teatro e terceira idade demonstram que um trabalho ao nível da evocação de memórias, permitem ao idoso resgatar a sua identidade, ressignificar a sua velhice, reafirmar a sua existência no tempo e construir uma nova subjetividade que nega os preconceitos e estereótipos que o definem como improdutivo, incapaz, alienado, solitário. As metodologias, técnicas e estratégias adotadas pretendem que o novo idoso saia da sua passividade e, transformando-se num agente de mudança, seja o mentor do seu próprio envelhecimento.

CAPÍTULO 3.

OPÇÕES, FUNDAMENTOS E PERCURSOS METODOLÓGICOS

Introdução

Ao longo da análise da literatura tornou-se evidente a existência de uma relação de causa e efeito entre a possibilidade da pessoa idosa encarar o seu envelhecimento como um processo natural passível de ser vivido de forma ativa, participativa e autónoma e a necessidade de se colocarem ao seu dispor, meios e formas de capacitação necessários para que tal processo possa ser vivido condignamente.

A animação teatral parece ser uma medida de promoção de envelhecimento ativo na medida em que poderá contribuir para combater a exclusão e a solidão a que os idosos estão sujeitos, principalmente, após a saída do mundo laboral. Pretendemos compreender “como”, “de que forma” esta poderá contribuir para o envelhecimento ativo de um grupo de idosos. Para tal, a opção metodológica que adotamos foi a qualitativa, nomeadamente, um estudo de caso.

O estudo de caso implica, com frequência, a combinação de diversos instrumentos de recolha de dados. No trabalho de campo deste projeto de investigação, recolheram-se os dados através da observação participante, de um inquérito por questionário, de uma entrevista semiestruturada de grupo e de notas de campo sistematizadas num diário de bordo. A análise e interpretação do material documental foi realizada à luz do quadro teórico apresentado nos primeiros capítulos, através da análise de conteúdo.

1. OPÇÕES E FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS

1.1. Opções Metodológicas

No conjunto de estratégias que historicamente configuraram o campo da animação sócio-cultural, a animação teatral, em particular, tem vindo a fazer-se representar no discurso e na agenda das políticas sociais. Por via desta centralidade e também porque o teatro é indissociável da emergência e consolidação do campo da animação sócio-cultural, a animação teatral vem chamando a si, o direito de se autonomizar como área de intervenção dentro do campo da própria animação sócio-cultural. Esta pretensão decorre, por um lado, da sua tradicional ancoragem na oferta social, nomeadamente nos programas sócio-educativos de instituições vocacionadas para o atendimento à pessoa idosa, e por outro, da sua difusão em contextos de intervenção comunitária. A estes fatores juntou-se ainda a ação da comunicação social que tem posto a descoberto, um grande número de grupos e de formas teatrais atuantes em contextos comunitários e na esfera da institucionalização da pessoa idosa.

Por todas estas razões “os teatros da animação teatral” (Úcar, 2006: 131-137) parecem ocupar hoje, um lugar na vida e rotina da pessoa humana que, porque envelhece, passa a dispor de mais tempo desocupado e de outras formas de o viver e gerir. As razões desta relação privilegiada do teatro com o envelhecimento ativo prendem-se com o facto de que, na sua essência, as práticas que habitam a animação teatral apelam direta e invariavelmente ao *outro*, à sua presença participativa. Seja na posição de ator, seja na de público fruidor, o *outro* é também o que permite e, em parte, justifica a existência do ato teatral. Em última análise, a animação teatral performa contra a exclusão e solidão humanas.

Estigma maior de uma sociedade que envelhece a passos largos, a solidão não combina com teatro. A razão de este existir radica naquele que é, por definição, o ser mais eminentemente social - o homem.

Como pode a animação teatral atuar contra a exclusão? Que tipo de relações despoleta e facilita? Pode ou não empossar aqueles que em torno de si se reúnem, e como os empossa? Que modalidades, que práticas melhor perseguem estes objetivos?

No conjunto de questões acima referidas enraízam as motivações iniciais que conduziram ao presente estudo. Um estudo cujo principal desafio é o de tentar compreender o contributo da animação teatral para aquele(a) que, envelhecendo, pode ainda “aprender a conhecer”, “aprender a viver com os outros”, “aprender a ser”, “aprender a fazer”, (Delors, 1999), até mesmo teatro...

De uma perspetiva metodológica, para um estudo que se interessa pelo fazer teatral e, simultaneamente, pelo retorno que esse fazer pode trazer a quem o faz, a abordagem qualitativa apresenta-se como sendo a mais adequada. Centrando-nos nos processos de construção de um atelier de animação teatral, centramo-nos incontornavelmente no vivido, nos processos experienciais dos seus atores - as pessoas idosas - e o olhar que, segundo a literatura, melhor parece servir a apreensão desta realidade complexa, é o qualitativo.

1.2. Abordagem metodológica

De acordo com o exposto, adotaram-se assim, os pressupostos da investigação qualitativa, mais concretamente, um estudo de caso envolvendo um projeto de intervenção teatral.

A abordagem metodológica qualitativa enfatiza os processos, privilegia o que ocorre e não somente os produtos ou os resultados finais. Como referem Bogdan & Biklen (1991: 49) “as estratégias qualitativas patentearam o modo como as expectativas se traduzem em atividades, procedimentos e interações diárias”.

Este tipo de investigação está “vocacionada para a análise de casos concretos, nas suas particularidades de tempo e de espaço, partindo das manifestações e atividades das pessoas nos seus contextos próprios” (Flick, 2005: 13).

Neste tipo de investigação, a “fonte direta de dados” é o ambiente natural e o investigador é o “instrumento principal” (Bodgan & Biklen, 1994: 47). Assim, os investigadores qualitativos, que acreditam que o comportamento humano é fortemente influenciado pelo contexto em que ocorre, observam as ações e os sujeitos no seu ambiente natural para melhor os compreenderem (Bodgan & Biklen, 1994). No decurso da investigação, os investigadores qualitativos questionam constantemente os sujeitos no sentido de compreenderem “aquilo que eles experimentam, o modo como eles interpretam as suas experiências e o modo como eles próprios estruturam o mundo social em que vivem (Psathas, 1973 *in* Bodgan & Biklen, 1994: 50). No caso deste estudo, o ambiente em que a investigação aconteceu foi o espaço do próprio projeto de intervenção teatral.

Stake (2007: 52) destaca três diferenças entre a metodologia qualitativa e quantitativa: “1) a distinção entre explicação e compreensão como objetivo da investigação; 2) a distinção entre um papel pessoal e impessoal para o investigador e 3) a distinção entre o conhecimento descoberto e o conhecimento construído”. Para este autor, os investigadores quantitativos enfatizam a explicação e o controlo, ao passo que os investigadores qualitativos privilegiam a compreensão das complexas inter-relações entre tudo o que existe (Stake, 2007).

A metodologia qualitativa distingue-se também da quantitativa, pelo facto de privilegiar o contexto da descoberta. Assim, o investigador qualitativo “procura a formulação de conceitos, teorias ou modelos com base num conjunto de hipóteses que podem surgir quer no decurso, quer no final da investigação” (Guerra, 2006: 23). Portanto, “as questões, as hipóteses, as variáveis ou as categorias de observação normalmente não estão totalmente formuladas ou predeterminadas no início de uma pesquisa” (Hébert, Goyette & Boutin, 2008: 102). Apesar de se ter partido para o campo com um quadro teórico mais ou menos mapeado e os objetivos da investigação mais ou menos definidos, foi no decurso da investigação e no desenrolar do projeto de intervenção que se formularam as questões da investigação com maior nitidez.

Para Stake (2007: 18) o caso “é uma coisa específica, uma coisa complexa e em funcionamento”. Neste sentido, consideramos que o projeto de animação teatral por nós implementado é um caso e será este o objeto da nossa investigação.

De acordo com Merriam (*in* Bodgan & Biklen, 1994: 89) o estudo de caso “consiste na observação detalhada de um contexto, ou indivíduo, de uma única fonte de documentos ou de um acontecimento específico”.

Na ótica de Yin (2004: 19), o estudo de caso é “a estratégia preferida quando se colocam questões do tipo “como” e “por que”, quando o pesquisador tem pouco controlo sobre os eventos e quando o foco se encontra em fenómenos contemporâneos inseridos em algum contexto da vida real”.

1.3. Objetivos e Questões da Investigação

O principal objetivo do nosso estudo de caso é o de compreender de que forma um projeto de animação teatral pode contribuir para o envelhecimento ativo e qualidade de vida de um grupo de idosos. Este objetivo foi operacionalizado através das seguintes questões de investigação:

- De que forma o atelier de teatro pode contribuir para fomentar a participação ativa dos seniores?
- Quais os contributos específicos do atelier de teatro para a melhoria do bem-estar físico e psicológico dos seniores?
- O que tem de particular o atelier de teatro para fomentar o desenvolvimento de relações entre os seniores?
- De que forma o trabalho com a memória contribui para a valorização da identidade e subjetividade dos seniores?
- Que indutores poderão facilitar de forma mais ativa a participação dos seniores?

Tal como afirma Stake (2007: 20), “a investigação por estudo de caso não é uma investigação por amostragem”. Aquilo que se pretende não é estudar um caso com o objetivo de entender outros casos, mas sim compreender esse caso específico. O primeiro critério para a seleção do caso deve ser o de este “maximizar o que podemos aprender. Dados os nossos objetivos, que casos terão probabilidade de nos levar a entendimentos, a asserções, talvez até à modificação das generalizações?” (Stake, 2007: 20).

Neste sentido, consideramos que a realização de um projeto de intervenção ao nível da animação teatral com um grupo de seniores nos poderia levar a entendimentos, a asserções, a respostas às nossas questões de investigação.

O plano geral de um estudo de caso pode ser representado como um funil. O início do estudo corresponde à parte mais larga do funil. À medida que o estudo avança, tal como afirmam Bodgan e Biklen (1994: 89-90):

os planos são modificados e as estratégias selecionadas. Com o tempo acabarão por tomar decisões no que diz respeito aos aspetos específicos do contexto, indivíduos ou fonte de dados que irão estudar. A área de trabalho é delimitada. A recolha de dados e as atividades de pesquisa são canalizadas para terrenos, sujeitos, materiais, assuntos e temas. De uma fase de exploração alargada passam para uma fase mais restrita de análise dos dados coligidos.

O estudo de caso com projeto de intervenção inseriu-se num projeto institucional mais abrangente: o Projeto *+SaúdeArte* (Anexo I). Como veremos, apesar de um mapeamento inicial mais ou menos definido, o plano do estudo foi se redefinindo ao longo do desenvolvimento do projeto, procurando adequar-se aos interesses e necessidades dos sujeitos participantes.

2. CONTEXTO E SUJEITOS DA INVESTIGAÇÃO

De forma a garantir o anonimato da instituição que nos acolheu, dos técnicos envolvidos, bem como dos sujeitos que participaram nesta investigação, condição inerente à natureza do trabalho de investigação, atribuíram-se-lhes nomes fictícios. Assim, a instituição será designada por Instituição X e todos os sujeitos serão designados por outros nomes que não os seus.

O grupo de sujeitos desta investigação foi constituído, numa fase inicial, por 9 elementos: 5 do sexo feminino e 4 do sexo masculino com idades compreendidas entre os 57 e os 73 anos. Na fase final do projeto, contávamos apenas com 8 participantes.

O grupo, maioritariamente constituído por pessoas com habilitações literárias ao nível do 2º e 3º ciclo (realizado através do programa “Novas Oportunidades”), praticamente não tinha qualquer experiência ao nível teatral, à exceção de uma participante, professora de Português reformada, que ao longo do seu percurso académico e profissional teve algum contacto com o teatro, quer como participante, quer como dinamizadora de pequenos projetos teatrais. Os restantes participantes referiram participações muito breves quando “andavam na escola primária”.

As razões porque se inscreveram no Atelier de Teatro são de ordem vária e serão mais à frente explanadas, bem como os seus principais interesses, formas de ocupação dos tempos livres, atividades frequentadas, entre outros.

Para que a participação dos seniores fosse entendida à luz de preocupações éticas, foi respeitado o direito à confidencialidade dos seus dados e o seu consentimento ou recusa em participar na investigação. Assim, foram dados a conhecer aos inscritos no Atelier de Teatro - eventuais participantes no estudo - o objetivo do trabalho de investigação e a sua duração expectável. Após o seu consentimento informado para a participação na investigação, foi-lhes também solicitada autorização, por escrito, para a utilização de material audiovisual (gravador, máquina fotográfica, máquina de filmar) para fins de recolha e análise de dados.

3. PROCEDIMENTOS E INSTRUMENTOS DE RECOLHA E ANÁLISE DE DADOS

3.1. Inquérito por questionário

Um dos objetivos dos questionários é, tal como afirmam Ghiglione e Matalon (2001: 106), “descrever uma população ou sub-população”. Pode ainda pretender solicitar informação sobre “factos; opiniões; atitudes; preferências; valores; satisfações; razões; motivos; esperanças; crenças” (Hill & Hill, 2008: 89). No caso deste estudo, aplicámos um inquérito por questionário semiestruturado (Anexo II), com o objetivo de caracterizar o grupo em termos sócio-culturais e sócio-demográficos (estado civil, habilitações literárias, agregado familiar, situação profissional atual, profissões exercidas ao longo da vida, formas de ocupação dos tempos livres e principais interesses culturais). Para além disso, tivemos como objetivo conhecer as razões porque se inscreveram no Atelier de Teatro e as suas expectativas em relação ao mesmo.

Este questionário foi constituído por questões fechadas e questões abertas. No caso das questões fechadas, a pessoa deve selecionar de uma lista pré-estabelecida de respostas possíveis, a resposta que melhor corresponde à sua posição (Ghiglione & Matalon, 2001). No caso deste estudo, nas questões que exigiam uma resposta fechada propôs-se uma lista com várias opções sobre o mesmo tema, dentre as quais as pessoas inquiridas deveriam selecionar a que melhor respondesse à questão colocada.

O questionário foi ainda constituído por questões abertas, através das quais as pessoas responderam livremente, “utilizando o seu próprio vocabulário, fornecendo os pormenores e fazendo os comentários que consideram certos” (Ghiglione & Matalon, 2001: 115). Assim, no caso de questões em que pretendíamos uma resposta “mais rica e detalhada” (Hill & Hill, 2008: 94), colocamos questões abertas.

Este questionário foi autoadministrado na 1ª sessão do Atelier de Teatro após uma explicação cuidada dos objetivos da investigação e da obtenção do consentimento das pessoas em participar na investigação. Foi prestado todo o apoio para o esclarecimento de dúvidas e para o preenchimento dos questionários.

3.2. Diário de bordo/notas de campo

Segundo Bodgan e Biklen (1994: 150), o sucesso de estudos baseados em metodologias qualitativas como no estudo de caso, baseia-se em “notas de campo detalhadas, precisas e extensivas”. Assim que o investigador volta do terreno deve escrever aquilo que “ouve, vê, experiencia e pensa no decurso da recolha” (Bodgan & Biklen, 1994: 150). Em suma, dá uma descrição das pessoas, objetos, lugares, atividades, ideias, estratégias, etc..

As notas de campo do nosso estudo foram sistematizadas num diário de bordo que documenta, tal com afirma Flick (2005), todo o processo de abordagem no terreno, as experiências, problemas, factos importantes, entre outros.

Para Sprandley (1979 *in* Hébert, Goyette & Boutin, 2008: 82) há quatro tipos distintos de notas de campo:

1. o *relato textual condensado* das formulações verbais dos indivíduos (“palavra a palavra”, “verbatim”);
2. o *relato desenvolvido*, redigido logo que possível após cada sessão de observação no local;
3. o *diário* de investigador (“diário de bordo”) onde são registadas as experiências, ideias, confusões e problemas que surjam no decurso do trabalho de campo;
4. o *registo*, passível de alteração, das *análises* e das *interpretações provisórias*

No nosso trabalho de investigação convocámos os 4 tipos de notas de campo apresentados.

As notas de campo que fomos registando sistematicamente no diário de bordo ajudaram-nos, tal como afirma Bodgan e Biklen (1994: 150-151), a “acompanhar o desenvolvimento do projeto” e “a visualizar como é que o plano de investigação foi afetado pelos dados recolhidos (...)”.

Todas as notas de campo foram registadas imediatamente após os contactos com os participantes, ou seja, após cada sessão do Atelier de Teatro.

Relativamente ao conteúdo das notas de campo, estas foram elaboradas, por um lado de uma forma descritiva e, por outro, reflexiva. A parte reflexiva representa, na perspetiva de Bodgan e Biklen (1994: 152), “(...) o melhor esforço do investigador para registar objetivamente os detalhes do que

ocorreu no campo”. Afirmam ainda, estes autores, que é preferível citar ao invés de resumir o que foi dito pelos participantes. Neste sentido, incluímos nas nossas notas de campo os relatos dos sujeitos, reconstruções de diálogos ou debates, relatos de acontecimentos particulares e relevantes para o nosso estudo e descrições de atividades realizadas. Por seu turno, a parte reflexiva das nossas notas de campo inclui as observações, especulações acerca do que foi observado, informações adicionais, pensamentos e sentimentos.

3.3. Entrevista semiestruturada de grupo

Segundo Yin (2004), uma das mais importantes fontes de informação num estudo de caso são as entrevistas dado que a maioria delas trata de questões humanas.

A entrevista difere do questionário, dado que compreende a reunião de dados através de uma interação oral entre entrevistador e entrevistado (Cohen & Manion, 1990). É considerada um “diálogo iniciado pelo entrevistador com o propósito específico de obter informação relevante para a investigação e orientado por ele sobre o conteúdo especificado pelos objetivos de investigação de descrição, de predição ou de explicação sistemáticas” (Cannell & Kahn, 1968: *in* Cohen & Manion, 1990: 378).

Segundo Flick (2005: 95), quando o objetivo da recolha de dados “são as afirmações concretas sobre um assunto, o meio mais eficiente é a entrevista semiestruturada (...)”. A principal vantagem deste método prende-se com a “melhoria da comparatividade e da estruturação dos dados, pelo uso coerente do guião da entrevista” (Flick, 2005: 95).

O tipo de entrevista utilizada neste estudo foi uma entrevista semiestruturada de grupo (Anexo III). De acordo com Patton (1990 *in* Flick, 2005: 116) uma entrevista de grupo “é uma entrevista realizada com um pequeno grupo de pessoas, sobre um tema específico. Os grupos típicos têm seis a oito participantes na entrevista, cuja duração vai de meia hora a duas horas (Patton, 1990: 335 *in* Flick, 2005: 116). No nosso caso, o grupo da entrevista foi constituído por 8 participantes e teve a duração de, mais ou menos, duas horas e meia.

As vantagens da entrevista de grupo segundo Watts e Ebbut (1987 *in* Cohen & Manion, 1990: 397) “incluem o potencial para desenvolver discussões, proporcionando assim uma ampla gama de respostas.” Para estes, “tais entrevistas são úteis quando um grupo de pessoas esteve a trabalhar junto durante um certo tempo ou com um propósito comum (...)”.

Uma das principais tarefas do entrevistador neste tipo de entrevista é o de evitar que um participante ou um sub-grupo de participantes dominem a entrevista e, em consequência, todo o grupo

com as suas intervenções (Merton *et al.*, 1956 *in* Flick, 2005). Deve, pelo contrário, incentivar os participantes menos participativos a intervirem e a apresentarem os seus pontos de vista, “esforçando-se por obter respostas de todos a fim de cobrir o tema o mais completamente que for possível” (Merton *et al.*, 1956 *in* Flick, 2005: 116). Para Hébert, Goyette e Boutin (2008: 166), na entrevista de grupo “cujo objetivo é de controlar a informação prestada por um indivíduo por meio da reação dos outros, o investigador não deve centrar a sua atenção naquele que fala mas sim na reação dos restantes”.

Segundo Patton (1990 *in* Flick, 2005), esta técnica de recolha de dados é muito eficiente dado que permite que os participantes se equilibrem uns aos outros. Portanto, exerce um determinado controlo sobre os dados recolhidos. Por outro lado, apresenta algumas desvantagens, nomeadamente, “o número limitado de questões que permite tratar e a dificuldade de tomar notas durante a entrevista” (Patton, 1990 *in* Flick, 2005: 116).

Para Yin (2004), outra das desvantagens da entrevista é estar sujeita ao preconceito e à memória fraca dos entrevistados. Portanto, os dados obtidos através da entrevista devem ser corroborados através de outras fontes de dados.

Para Watts e Ebbut (1987 *in* Cohen & Manion, 1990) “as entrevistas de grupo têm pouca utilidade se permitirem que emergjam os assuntos pessoais ou se o investigador tiver que dedicar-se a uma série de questões que digam respeito a um elemento específico do grupo”.

Porém, Patton (1990 *in* Flick, 2005: 116) defende que este tipo de entrevista é “realmente uma *entrevista*. Não é um debate, não é uma sessão de resolução de problemas, nem um grupo de decisão: é uma *entrevista*”.

Assim optámos por realizar uma entrevista semiestruturada de grupo no sentido de proporcionar oportunidade para os entrevistados e participantes no projeto, refletirem, discutirem e debaterem, proporcionando respostas mais amplas e mais ricas sobre as suas perceções sobre o Atelier de Teatro. Com esta entrevista pretendíamos alcançar os seguintes objetivos:

- Conhecer a opinião geral do grupo de seniores relativamente à oferta do Atelier de Teatro;
- Recolher as perceções deste grupo de seniores relativamente à possível relação entre valorização pessoal e participação nas atividades teatrais;
- Identificar as possíveis aprendizagens em termos de comunicação e expressão realizadas pelos seniores no Atelier de Teatro;
- Conhecer as eventuais dificuldades sentidas pelos seniores durante o Atelier de Teatro e a forma de as resolverem;

- Perceber em que medida a participação nas atividades do Atelier de Teatro contribuiu para aumentar a satisfação pessoal dos seniores;
- Compreender se o Atelier de Teatro contribuiu para o bem-estar físico e psicológico dos seniores;
- Compreender se o Atelier de Teatro contribuiu para a sociabilidade dos seniores;
- Conhecer eventuais contributos ou benefícios do Atelier de Teatro para o usufruto de um tempo livre de qualidade;
- Conhecer as sugestões dos seniores para projetos semelhantes ao do Atelier de Teatro.

No início foram dados a conhecer aos participantes os objetivos da entrevista e garantida a confidencialidade da sua identidade e dos dados recolhidos. Solicitou-se, igualmente, aos sujeitos autorização para fazer o registo áudio da entrevista. As notas julgadas necessárias, só foram recolhidas no fim da entrevista, a fim de não se perder o contacto ocular nem com a pessoa que estivesse na posse da palavra nem com as restantes.

3.4. Observação participante

A observação participante é uma técnica de recolha de dados adequada à investigação qualitativa. Por isso, é adequada “ao investigador que deseja compreender um meio social que, *à partida lhe é estranho ou exterior* e que lhe vai permitir integrar-se progressivamente nas atividades das pessoas que nele vivem” (Hébert, Goyette & Boutin, 2008: 155). Através da observação participante podemos recolher dados descritivos e compreensivos (Hébert, Goyette & Boutin, 2008) compilados sistematicamente no diário de bordo.

A observação participante pode também associar-se à técnica da entrevista com o objetivo de triangular os dados “em particular no que diz respeito às opiniões ou crenças que os inquiridos têm sobre os acontecimentos que os tocam” (Hébert, Goyette & Boutin, 2008: 158).

Segundo Denzin (1986b: 157-158 *in* Flick, 2005: 142) a “observação participante define-se como estratégia de campo que combina vários elementos: a análise documental, a entrevista de sujeitos e informantes, a participação e observação diretas, e a introspeção”.

3.5. Análise de conteúdo

Tal como constatado na análise da literatura o conjunto do material recolhido no campo e compilado sistematicamente no diário de bordo constitui material documental e não um conjunto de

dados. Os dados serão construídos através dos meios formais proporcionados pela análise (Erickson, 1986: 149 *in* Hébert, Goyette & Boutin, 2008).

Tendo em conta que a análise de conteúdo é uma técnica de análise do material escrito, esta parece ser a técnica mais adequada para a análise dos nossos dados.

Para Guerra (2006), a técnica de análise de conteúdo tem uma dimensão descritiva e uma dimensão interpretativa. A primeira pretende mostrar o que foi narrado; a segunda permite formular as regras de inferência, dado “que decorre das interrogações do analista face a um objeto de estudo, com recursos a um sistema de conceitos teórico-analíticos (...)” (Guerra, 2006: 62).

Para Bardin (1991: 36) a análise de conteúdo “é uma técnica de investigação que através de uma descrição objetiva, sistemática e quantitativa do conteúdo manifesto das comunicações, tem por finalidade a interpretação *destas* mesmas comunicações”.

Uma das suas principais características é a utilização de categorias, que podem derivar do quadro teórico que sustenta a investigação ou da frequência de presença de itens de sentido no texto em análise (Flick, 2005; Bardin, 1991). Este tipo de análise, mais comum, mais generalizada e mais transmitida denomina-se análise categorial que, “pretende tomar em consideração a totalidade de um “texto” passando-o pelo crivo da classificação e do recenseamento, segundo a frequência de presença (ou de ausência) de itens de sentido. (...) É um método de gavetas ou rubricas significativas que permitem a classificação dos elementos de significação constitutiva, da mensagem” (Bardin, 1991: 36-37).

O que se pretende com esta abordagem, contrariamente a outras abordagens é a redução do material (Flick, 2005).

Assim, a análise do material que recolhemos durante o trabalho empírico, seguiu as seguintes fases:

1. Fase de pré-análise na qual fizemos uma leitura “flutuante” a fim de proceder à “*escolha de documentos* a serem submetidos à análise, a formulação das *hipóteses* e dos *objetivos* e a elaboração de indicadores que fundamentem a interpretação final” (Bardin, 1991: 95).
2. Fase de preparação e redução do material;
3. O tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação;
4. Escrita e divulgação.

(Bardin, 1991; Guerra, 2006; Hébert, Goyette & Boutin, 2008)

Assim, após a recolha do material documental, o primeiro passo foi fazer uma leitura de todo o material e seleccionar os documentos que pretendíamos analisar. De seguida, fizemos uma leitura “flutuante” de todos os textos a fim de procedermos à codificação dos dados. Assim, encontrámos nestes dados brutos, palavras, frases, padrões de comportamento, etc. que se repetiam ou destacavam. O processo de codificação “corresponde a uma transformação – efetuada segundo regras precisas – dos dados brutos do texto, transformação esta que, por recorte, agregação e enumeração, permite atingir uma representação do conteúdo, ou da sua expressão, suscetível de esclarecer o analista acerca das características do texto, que podem servir de índices (...)” (Bardin, 1991: 103).

Definimos, pois, nesta fase, as unidades de registo e as unidades de contexto. As primeiras, de natureza e dimensões muito variáveis (palavras, temas, acontecimentos, etc,) correspondem “ao segmento de conteúdo a considerar como unidade de base, visando a categorização e a contagem frequencial” (Bardin, 1991: 104-107). As segundas, servem “de unidade de compreensão para codificar a unidade de registo e correspondem ao segmento da mensagem, cujas dimensões (superiores às unidades de registo) são ótimas para que se possa compreender a significação exata da unidade de registo” (Bardin, 1991: 107).

Ainda nesta fase de preparação e redução, categorizámos o material documental. A operação de categorização corresponde a “uma operação de classificação de elementos constitutivos de um conjunto, por diferenciação e, seguidamente, por agrupamento segundo o género (analogia) com os critérios previamente definidos. As categorias, são rubricas ou classes, as quais reúnem um grupo de elementos (unidades de registo, no caso da análise de conteúdo) sob um título genérico, agrupamento esse efetuado em razão dos caracteres comuns destes elementos (Bardin, 1991: 117).

De seguida, procedemos ao tratamento dos resultados, à inferência e à interpretação do material, através do cruzamento dos dados que até então foram analisados por parcelas. Dada a natureza eminentemente compreensiva e interpretativa deste estudo, foi nossa pretensão não a de “fazer uma demonstração causal, mas sim defender o sentido da plausibilidade dos resultados” (Guerra, 2008: 84).

Síntese

Tal como explanado considerámos que a metodologia mais adequada para um estudo que pretende compreender “como”, “porquê”, “de que forma” a animação teatral pode contribuir para proporcionar aos idosos um envelhecimento ativo, a metodologia mais adequada, parece ter sido o

estudo de caso. Um estudo que se interessou, como veremos, essencialmente pelo que ocorreu e como ocorreu, mas também pelo seu resultado final.

As questões da investigação que emergiram da análise da literatura, bem como do diagnóstico que se foi fazendo no terreno, foram-se redefinindo ao longo do processo. À medida que avançámos neste contexto de descoberta, novas questões foram emergindo o que nos obrigou a uma reformulação constante do plano inicial de intervenção.

CAPÍTULO 4.

ATELIER DE TEATRO: UMA PROPOSTA DE INTERVENÇÃO

Introdução

O projeto de intervenção ao nível da animação teatral que nos propusemos desenvolver foi delineado à luz da investigação desenvolvida na área e em consonância com os princípios do projeto matricial em que este se veio a inserir: o Projeto + *SaúdeArte*.

O Atelier de Teatro foi assim desenvolvido na Instituição X, situada em Braga, com um grupo de 9 participantes com idades compreendidas entre os 57 e os 73 anos.

Para o seu desenho e implementação convocámos metodologias e técnicas próprias do campo da animação sócio-cultural e da animação teatral. Dividimos, desta forma, o período de intervenção em quatro fases: a protocolar, a grupal, a criativa e a expansiva. Na fase protocolar, estabelecemos os primeiros contactos com a Instituição X no sentido de protocolar a intervenção; na fase grupal, realizámos um conjunto de exercícios que permitissem a aproximação e criação do sentido de pertença ao grupo, a aproximação à linguagem teatral, bem como a evocação e partilha de memórias; na fase criativa, após a seleção de temas a partir dos quais os seniores gostariam de criar um resultado final, realizámos uma série de debates e improvisações coletivas e, paralelamente, fomos construindo o guião do texto; por fim, na fase expansiva, difundimos o resultado final do Atelier de Teatro: “o Pedacos de Nós...”.

No sentido de olhar criticamente para o que realizamos, dar-lhe sentido e orientar o desenvolvimento de ações futuras, procedemos à sua avaliação baseando-nos, fundamentalmente, nas impressões registadas no diário de bordo.

1. DESENHO DA PROPOSTA DO PROJETO DE INTERVENÇÃO

Com o desenho de um projeto pretende-se, fundamentalmente, prever, orientar ou preparar o caminho do que se vai fazer, em suma, antecipar e sistematizar.

(Caride & Pose, 2006: 263).

Tal como aponta a investigação, não há um “método universalmente aceite para a elaboração de projetos de animação teatral nem tão pouco para o seu desenvolvimento” (Ventosa, 1990c: 2000 *in* Caride & Pose, 2006: 264).

Assim sendo, analisámos as linhas de ação convocadas no âmbito da animação sócio-cultural e da animação teatral e procurámos situar-nos metodologicamente na convergência das grandes linhas da intervenção que atravessam aqueles campos.

De uma primeira linha, de cariz fundamentalmente metodológica, centrada no desenho, organização e desenvolvimento de projetos e programas de animação, convocámos os trabalhos de Caride e Pose (2006)²⁰ e de Ventosa Pérez (1990)²¹. Descolámos destes, designações e procedimentos metodológicos, em particular os relativos à estrutura e ao faseamento a imprimir à proposta de intervenção.

De uma segunda linha, sustentada em estudos de vários autores (Alvarez, Silva, Vahl & Silva, 2010; Cabral & Lopes, 2002; Eiras, Ayres, Silva, Santos & Paulino, 2004 ; Muniz, 2010; Sales, Oliveira & Lemos, 2004; Soares, 2010; Venâncio, 2001, 2006a, 2006b, 2008, 2010) e focalizada na linguagem e nas modalidades da pedagogia teatral com grupos sociais específicos, compulsámos informação sobre a (s) memória (s) nas vertentes fisiológica, psicológica, terapêutica e artística, que julgámos relevante para a prossecução da proposta de intervenção. Em fase posterior, também no plano programático da ação, mobilizámos aquilo que denominámos, baseando-nos na literatura existente, de “teatro de memória com pessoas idosas”.

2. IDENTIDADE, FINALIDADES E NATUREZA DO PROJETO

Embora breve no tempo de intervenção, o projeto de animação teatral que desenvolvemos construiu a sua identidade na consonância encontrada entre os princípios e teorias emanadas da revisão de literatura e os que sustentaram o Projeto *+SaúdeArte*, no qual, posteriormente, a nossa proposta se haveria de integrar. Nos seus princípios e finalidades, ambos procuraram seguir o discurso que as agendas políticas nacionais e internacionais foram estabelecendo e difundindo em relação às políticas sociais para a terceira idade. Este traço comum haveria de agilizar o nosso processo de aproximação à Instituição X, tornando de certo modo fácil e consensual a integração da proposta do Atelier de Teatro na proposta maior da referida organização.

Nas suas finalidades, o programa do Atelier de Teatro propôs-se contribuir para reduzir os estereótipos em torno da terceira idade ajudando a desconstruir a imagem redutora que lhe é atribuída, quase sempre associada à inatividade, alienação, dependência e reduzida participação.

²⁰ Caride, J. A. & Pose, H. (2006). Diseño y desarrollo de programas de animación teatral. In J. Caride e M. Vieites (Coords). *De la educación social a la animación teatral*. (pp. 253- 273). Gijón: Ediciones TREA, S.L..

²¹ Ventosa Pérez, V. (1990). *Animación teatral: teoría, metodología y práctica*. Madrid: Editorial Popular.

Pensámos, deste modo, contribuir para valorizar a participação ativa dos idosos, a partilha das suas histórias e memórias, a transmissão da sua herança cultural a fim de reforçar e revalorizar a sua identidade. Intentámos com ele criar oportunidades para que os seus destinatários tivessem oportunidade de usufruir de um tempo livre de qualidade no qual lhes fosse permitido debater, discutir, partilhar e, de forma lúdica, aprender e cultivar-se.

Inscriver a animação teatral na agenda lúdica e cultural para a terceira idade, foi certamente, outra das finalidades a atingir.

3. ANTECEDENTES E JUSTIFICAÇÃO

A elaboração do projeto de Atelier de Teatro é antes de mais, fruto do encontro de um conjunto de antigos interesses com novas circunstâncias. O enorme interesse pela função educativa do teatro e uma antiga paixão por questões intergeracionais encontrariam oportunidade de estudo e realização na obrigação académica de desenvolver, no âmbito do Mestrado de Animação Teatral, um trabalho de investigação. O mapeamento no terreno de um projeto institucional que estivesse em sintonia com os princípios sociais e com forte vínculo com as artes, como pretendíamos, veio tornar possível a concretização da investigação.

O Projeto *+SaúdeArte* (Anexo I) desenhado para dar resposta às necessidades da população idosa atendida pelas várias valências da Instituição X assentou, entre outros pilares, no diagnóstico das necessidades “sentidas pelas entidades que intervêm diretamente com este público, procurando dinamizar parcerias e metodologias de participação dos destinatários” (Instituição X, 2009).

Do conjunto da população que a organização apoiava (105 pessoas idosos), quase metade (49) referiram a “vontade e necessidade de participar em programas no âmbito do envelhecimento ativo” (Instituição X, 2009).

Pela pertinência para o nosso estudo, salientamos os seguintes objetivos gerais do Projeto *+SaúdeArte*:

- a promoção da saúde e do bem-estar físico, social e mental dos cidadãos seniores;
- o combate à solidão na terceira idade;
- o fomento de vivências em grupo como forma de integração social e a promoção da capacidade criadora e o espírito de iniciativa.

Pela sua natureza e abrangência nenhum destes objetivos obstava a uma intervenção de natureza teatral. Pelo contrário, todos eles pareciam esboçados à sua medida. Como vimos, poucas

áreas de intervenção artística e cultural respondem de forma tão eficaz ao combate à solidão, à necessidade de fomentar a criatividade e facilitar vivências em grupo quanto a teatral. Assim sendo, abordámos os responsáveis da referida Instituição, apresentámos o projeto e encetámos os procedimentos e mudanças necessárias de modo a que as dimensões do mesmo se coadunassem com os objetivos do projeto fundador.

4. OBJETIVOS

Como referimos, fizemos nossos os objetivos gerais do Projeto *+SaúdeArte*, sem prejuízo dos que definimos para o projeto Atelier de Teatro que abaixo apresentamos.

4.1. Objetivos gerais

- Fomentar a participação ativa dos seniores, na comunidade e nos grupos em que estão inseridos;
- Fomentar o desenvolvimento de uma socialização positiva e crítica;
- Promover a saúde e o bem-estar;
- Promover o acesso ao conhecimento, à educação, à formação e à cultura;
- Fomentar o desenvolvimento de capacidades expressivas, criativas e comunicativas, experimentando os seus limites e capacidades;
- Promover o teatro como meio de transformação social.

4.2. Objetivos específicos

- Valorizar e potenciar, através de diversos indutores, a participação ativa dos seniores no projeto de intervenção teatral;
- Contribuir para a melhoria da saúde física, mental e psicológica dos seniores, nomeadamente, através da linguagem e técnicas teatrais, da partilha de memórias e do convívio;
- Potenciar o Atelier de Teatro como espaço para estabelecer relações, conviver e desenvolver trabalho conjunto, facilitando a adaptação e integração dos seniores;
- Proporcionar oportunidades aos seniores de realizarem novos conhecimentos e aprendizagens, numa perspetiva de educação ao longo da vida;
- Fomentar novos meios de comunicação e expressão individual e coletiva;

- Fomentar o espírito crítico através da oportunidade dos seniores refletirem e agirem em grupo, confrontando ideias e opiniões e assumindo posições;
- Potenciar a criação de projetos e dramatizações que permitissem expressar um sentir individual e coletivo.

5. CARACTERIZAÇÃO DO CONTEXTO

A Instituição X localiza-se na malha urbana da cidade de Braga, inserindo-se na rede institucional dos serviços de atendimento social do município. Iniciou as suas atividades em 1992, com o lançamento de um projeto de natureza pedagógica vocacionado para crianças e jovens, ancorado no âmbito da expressão artística musical. Um ano mais tarde, aprovados os princípios e normas estatutárias, a Instituição X foi, social e formalmente, constituída e reconhecida. A sua ação expandiu-se rapidamente: em 1995, a Instituição X alargou o âmbito da sua intervenção social com a prestação de serviços à terceira idade, criando, para isso, novas valências: centro de dia e de apoio domiciliário.

Simultaneamente, a atenção pedagógica prestada pela instituição à área dos serviços para a infância e juventude consolidou-se e agilizou-se através da criação da oferta de serviços de creche, jardim de infância e atividades de tempos livres.

O ano de 1998 marcou a expansão geográfica da ação social da Instituição X que se deslocou para a vizinha Guimarães, passando a prestar serviços de apoio domiciliário à população idosa daquela cidade.

Perseguindo o mesmo ideário, assistiu-se em 1999 ao nascimento de um novo projeto, que se propôs apoiar, de forma mais específica, crianças e jovens em situações de risco, criando para o efeito, uma nova abordagem de acolhimento institucional, com a criação de três mini lares para irmãos.

Mantendo a arte no centro das suas preocupações sociais, culturais e pedagógicas, a referida instituição deu início, em 2002, a um outro projeto, com o objetivo de contribuir para o pleno desenvolvimento de crianças e jovens em risco de exclusão, através da vertente artística, apoiando simultaneamente as suas famílias no sentido de promover uma melhoria da sua qualidade de vida. Este projeto terminou em 2005.

O ano de 2004 registou a concretização de uma vontade maior da Instituição X que se viu reconhecida como ONGD (Organização Não-Governamental para o Desenvolvimento), pelo Ministério dos Negócios Estrangeiros. Desta forma a Instituição X passou a ter todas as condições para fazer avançar um projeto de cooperação para o desenvolvimento, tendo optado por apoiar a região de

Etunda – Huambo, em Angola. A acomodação na nova rede solidária de respostas sociais para a terceira idade culminou em 2004, com a aprovação de um novo projeto institucional, apoiado pelo Programa de Apoio Integrado a Idosos (PAII), do Instituto de Solidariedade Social.

Prosseguindo a intervenção social, a Instituição X dirigiu os seus esforços, ao longo de todo o ano de 2006, para a construção e ampliação de uma creche, na cidade de Braga. O projeto, apoiado pelo Programa Operacional do Emprego, Formação e Desenvolvimento Social, permitiu construir de raiz um espaço para acolher 50 crianças dos 4 meses aos 2 anos de idade, durante o período de ocupação profissional dos pais.

No seu novo estatuto, a Instituição X lançou, em 2007, o seu primeiro projeto na área da cooperação para o desenvolvimento em Angola, a ser desenvolvido em parceria com diversas entidades de uma comunidade religiosa nacional e com o contributo de inúmeros patrocinadores e mecenas.

No decorrer de 2008, a Instituição foi novamente reconhecida pela qualidade da sua intervenção social ao ser presenteada pela Câmara Municipal de Braga, com a cedência de um espaço no Mercado Cultural do Carandá, para alojar uma escola de música.

Também em 2008, o Instituto Português de Apoio ao Desenvolvimento (IPAD) apoiou o projeto de desenvolvimento comunitário na Missão de Etunda, através do Projeto Leite Escolar.

Atualmente a Instituição X tem em funcionamento as seguintes valências, projetos e serviços:

- Valências de apoio à infância e juventude (creche; jardim de infância e minilares de acolhimento que apoiam crianças e jovens em risco);
- Valências de apoio à terceira idade (centro de dia; apoio domiciliário em Braga em Guimarães);
- Escola de ensino artístico especializado de música;
- Projeto de cooperação para o desenvolvimento em Angola;
- Serviços médicos e de enfermagem aos idosos utentes.

(Instituição X, 2009)

6. CARACTERIZAÇÃO DO GRUPO

Algumas características do idoso, bem como as súbitas alterações às condições de vida ditadas pela doença súbita e por mudanças familiares conduzem, amiúde, a que a constituição de grupos de pessoas idosas, em projetos de média e até de curta duração, se altere súbita e drasticamente.

A morte, as ausências frequentes, o deslocamento forçado ou planeado do idoso do seu quotidiano ou da rotina familiar são traços que atravessam e marcam a vida de um grupo e o trabalho projetado. Este não foi exceção. Das 10 inscrições iniciais, o grupo manteve nove elementos ao longo do processo. Um número que se alterou quase no final do projeto, devido ao falecimento repentino de um dos participantes do sexo masculino.

Dos nove participantes, cinco eram do sexo feminino e quatro do sexo masculino e tinham idades compreendidas entre os 57 e os 73 anos, sendo que a maioria se encontrava na casa dos 60 anos.

Relativamente ao estado civil dos participantes, seis eram casados, dois divorciados e um solteiro.

No que concerne às habilitações literárias, dois participantes detinham o 1º ciclo (antiga 4ª classe), três o 2º ciclo (antigo 6º ano), outros três o 3º ciclo (atual 9º ano realizado através do programa “Novas Oportunidades”) e um outro participante era detentor de mestrado.

No que diz respeito ao agregado familiar, três elementos do grupo viviam com o cônjuge e filhos (as), outros três apenas com o cônjuge, um com o filho e os dois restantes, sozinhos.

Relativamente à situação profissional dos participantes, sete encontravam-se reformados e 2 desempregados.

Dos sete reformados, quatro eram do sexo masculino e exerceram diversas profissões: um foi “empregado de escritório”, um outro “marceneiro”, um terceiro “operário fabril” e “motorista turístico” e o último fora “trabalhador da construção civil”, “funcionário do comércio e hotelaria” e “mediador imobiliário”, algo que ainda fazia, à data de realização do projeto, nos seus tempos livres.

Relativamente às profissões já exercidas pelas três participantes do sexo feminino, também já reformadas, constatámos que uma foi “empregada doméstica”, “padeira” e “operadora de eletricidade”, a segunda “empregada doméstica” e “comercial” (decoração de interiores, vestuário, numismática) e a terceira lecionou Português, Latim e Grego. As restantes participantes, como referimos, à data de realização do projeto, encontravam-se em situação de desemprego. Uma foi “modista”, “ama” e “empregada doméstica” e a outra, “operária fabril”, “operadora de eletricidade” e “empregada doméstica”.

7. IMPLEMENTAÇÃO DO PROJETO

O projeto de intervenção teve lugar num espaço cedido pela Instituição X: um auditório dotado de um palco e de um pequeno armazém. Dadas as reduzidas dimensões do palco e a sua difícil acessibilidade, o trabalho teatral desenvolveu-se essencialmente no espaço da “plateia”, mais amplo e livre de qualquer material ou estrutura.

Decorreu entre o mês de novembro de 2010 e maio de 2011, preenchendo um total de cerca de 65 horas da vida dos participantes. As sessões, num total de 26, tiveram uma frequência semanal e ocuparam todas as manhãs de Sábado do referido período. Tiveram a duração de, cerca duas horas e meia, à exceção de um Sábado em que o grupo se deslocou ao Centro Cultural Vila Flor em Guimarães a fim de assistir ao espetáculo “A Bela Adormecida” apresentado pela “Companhia Maior”, composta por atores, músicos e bailarinos com mais de 60 anos.

Dividimos o período de intervenção em quatro fases: a protocolar, a grupal, a criativa e a expansiva (Quadro 1).

Quadro 1: Cronograma do Atelier de Teatro

Fase 1 Protocolar	Fase 2 Grupal	Fase 3 Criativa	Fase 4 Expansiva
De 03/03/ 2010 a 09/11/2010	De 13/11/2010 a 05/02/2011 (11 sessões)	De 12/02/2011 a 14/05/2011 (15 sessões)	14/05/2011 (Apresentação à comunidade)
<ul style="list-style-type: none">• Primeiros contactos com a Instituição.	<ul style="list-style-type: none">• Diagnóstico de interesses, necessidades e expectativas dos participantes;• Evocação e partilha de memórias;• Aproximação e criação do sentido de pertença ao grupo;• Aproximação à linguagem teatral.	<ul style="list-style-type: none">• Seleção de temas;• Debate e improvisação coletiva sobre os temas selecionados/Construção do texto;• Montagem e preparação das cenas.	<ul style="list-style-type: none">• Apresentação do “Pedacos de Nós...”

Apesar de se apresentarem separadamente, estas fases são complementares entre si e configuram aquilo que Ventosa Pérez (1990: 32) denomina de “metodologia intragrupal” da animação teatral.

Para a realização das atividades propostas nas diversas fases do projeto convocaram-se diferentes metodologias, técnicas e estratégias provenientes de diferentes linhas de intervenção. Procurou-se, assim, que as atividades delineadas fossem coerentes com os objetivos definidos *a priori* e redefinidos ao longo do processo, bem como os interesses, necessidades e expectativas dos seniores. Houve também uma preocupação constante em adaptar os exercícios às condições físicas dos participantes.

7.1. Fase protocolar

A fase protocolar constituiu um passo fulcral no desenvolvimento do projeto de investigação e de implementação do projeto de intervenção. Nesta fase, procedemos à aproximação à Instituição X, ao conhecimento, aceitação e adequação dos princípios do Projeto + *SaúdeArte* e à inserção do Atelier de Teatro naquele. Procedemos ainda à definição da logística necessária: número de participantes; atribuição da segurança e responsabilidade civil; atribuição e adequação dos espaços; calendarização global e semanal da intervenção.

Serão, de seguida, apresentados, de forma sucinta, os passos dados, desde o conhecimento do Projeto + *SaúdeArte*, até ao início do Atelier de Teatro (Quadro 2).

Quadro 2 – Desenvolvimento do processo protocolar

Data	Diligências efetuadas	Técnicos envolvidos
Março 2010	- Tomada de conhecimento do <i>Projeto + SaúdeArte</i> : objetivos do projeto, público-alvo; local de realização; data de início (maio de 2010).	- Técnica superior de serviço social; - Investigadora/Animadora teatral
Junho 2010	- Estudo, desenho e formulação da proposta de introdução de um Atelier de Teatro no Projeto + <i>SaúdeArte</i> .	- Diretora técnica do departamento da terceira idade da Instituição; - Investigadora/Animadora teatral
Junho 2010	Projeto + SaúdeArte: - Conhecimento mais aprofundado do projeto; - Aceitação dos seus princípios; - Aceitação da inclusão do Atelier de Teatro no projeto matricial.	- Coordenadora do Projeto + <i>SaúdeArte</i> ; - Investigadora/Animadora teatral

	Atelier de Teatro: <ul style="list-style-type: none"> - Visualização do espaço onde eventualmente poderia ser realizado o Atelier de Teatro; - Definição do limite máximo de participantes (12); - Definição dos responsáveis pela divulgação e inscrição dos participantes (Instituição X); 	
Julho 2010	<ul style="list-style-type: none"> - Definição da proposta do horário do Atelier: 2 a 3 horas semanais distribuídas por 2 dias, ao fim da tarde, ou ao Sábado de manhã. <p>Horário a apresentar aos eventuais interessados:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2ª e 6ª (das 17:30h às 18:45h); ou - Sábado (das 10h às 12:00h). 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordenadora do Projeto + <i>SaúdeArte</i>; - Investigadora/Animadora teatral
Outubro 2010	<ul style="list-style-type: none"> - Divulgação do Atelier de Teatro; receção de inscrições na instituição 	<ul style="list-style-type: none"> - Instituição X
Outubro 2010	<ul style="list-style-type: none"> - Proposta final do horário para a realização do Atelier de Teatro: Sábado (das 10.00 às 12.00) (por indisponibilidade da Animadora para a sua realização noutro dia/horário) - Proposta de início do Atelier no dia 13 de novembro de 2010. 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordenadora do Projeto + <i>SaúdeArte</i>; - Investigadora/Animadora teatral
Novembro 2010	<ul style="list-style-type: none"> - Definição de início do Atelier de Teatro no dia 13 de novembro de 2010; - Fornecimento de lista de inscritos com alguns dados (idade, habilitações literárias e contactos pessoais) 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordenadora do Projeto + <i>SaúdeArte</i>; - Investigadora/Animadora teatral

7.2.Fase grupal

A fase grupal é uma fase de contacto com o grupo, a fim de fazer o levantamento de eventuais problemas e necessidades para, a partir daí, se orientar a construção de uma estrutura grupal com uma certa estabilidade. É um “primeiro passo interno, motivacional e relacional, que se desprende da dimensão subjetiva e transcendente da ASC” (Ventosa Pérez, 1990: 32-33).

Para o mesmo autor (Ventosa Pérez, 1990) nesta fase devem aplicar-se uma série de técnicas de apoio com o intuito de alcançar três objetivos essenciais: a convocatória, a motivação e a maturação grupal.

As técnicas de convocatória pressupõem que se estabeleçam os contactos necessários com o grupo e com os intermediários. As técnicas de motivação têm como objetivo fazer um levantamento dos interesses, necessidades e propostas do grupo. Por sua vez, as técnicas de maturação grupal pressupõem a realização de dinâmicas de grupo (jogos e exercícios destinados ao conhecimento, à desinibição e à comunicação grupal); a iniciação ao trabalho com o corpo e com a voz (interpretação, expressão corporal, expressão oral, jogo dramático); entre outros (Ventosa Pérez, 1990).

Assim, na fase grupal acolhemos todo o processo de tomada de contacto com os participantes do grupo. Procedemos ao diagnóstico das necessidades, expectativas e interesses dos participantes. Fomos particularmente cuidadosos, tateando entre o desconhecido e o que nos foi sendo dado partilhar no intuito de alcançar a socialização no grupo, o conhecimento de cada um e dos outros, convocando para esse fim, o uso de técnicas teatrais.

Esta primeira etapa contou com a realização de 11 sessões do Atelier de Teatro, realizadas entre o dia 13 de novembro de 2010 e o dia 05 de fevereiro de 2011.

7.2.1. Diagnóstico de interesses, necessidades e expectativas dos participantes

A fase de diagnóstico de necessidades é essencial para fazer um desenho adequado do projeto de intervenção social e de investigação. Conhecer os dados dos participantes, os seus interesses, necessidades e expectativas é um passo fulcral na fase inicial do projeto.

Tal como afirma Cunha (2000: 96), o diagnóstico “é um processo de recolha e análise de informação cujo resultado é a identificação das necessidades individuais do grupo, sendo esta a fase em que se podem configurar as bases de um plano de trabalho eficaz de desenvolvimento”.

Assim, na primeira sessão do Atelier de Teatro, após uma explicação cuidada dos objetivos da investigação e da obtenção do consentimento informado dos sujeitos para nela participarem, solicitámos o preenchimento de um questionário com o objetivo de fazer uma caracterização sócio-demográfica e sócio-cultural do grupo. O preenchimento do questionário foi antecedido de uma conversa, mais ou menos informal, na qual explicámos o seu objetivo: fazer o levantamento dos interesses, motivações, necessidades e expectativas dos elementos do grupo para, a partir do conhecimento daí resultante, planificar o projeto de forma cuidada e consentânea ao diagnóstico efetuado.

De seguida, o questionário foi lido em voz alta e deu-se tempo aos seniores para colocarem dúvidas e questões. Durante o seu preenchimento também foi prestado apoio, sempre que solicitado.

No final desta primeira sessão e ao longo de todo o projeto de intervenção procurou-se, igualmente, fazer esse levantamento, quer através de conversas informais, quer das próprias dinâmicas/exercícios realizados.

Assim percebemos, relativamente à forma como os participantes ocupavam o seu tempo livre que, a maior parte, praticava desporto, via televisão, lia e passeava. Realizavam ainda atividades como “bordar”, “costurar”, “ouvir música”, “fazer trabalhos manuais”, “dançar” e “fazer caminhadas”.

Relativamente aos seus principais interesses culturais, verificou-se que a grande maioria se interessava por “desporto”, “dança”, “música” e “teatro”. Outro interesse manifestado por alguns elementos, foi a “costura”.

No que respeita às razões que levaram os participantes a inscreverem-se no Atelier de Teatro, os seniores apontaram: o facto de pretenderem “experimentar”, “realizar aprendizagens” e “conhecer outras pessoas”. Uma parte significativa também se inscreveu para “ocupar o tempo livre” e por “questões de saúde”. Houve ainda outras razões apontadas como o facto de ter sido uma “atividade sugerida por outras pessoas” ou “não haver vagas em atividades em que pretendiam inscrever-se”.

Relativamente àquilo que os participantes gostariam de fazer no Atelier de Teatro, a maioria apontou que gostaria de “representar” e “dançar”, seguindo-se, “cantar”, “ler” e “contar histórias”.

No que respeita a outras atividades que os seniores frequentavam, à data de início do Atelier de Teatro, verificou-se que, a grande maioria, estava inscrita em mais do que uma atividade na própria instituição. Assim, quatro participantes encontravam-se inscritos em “Inglês”, três em “Natação”, dois no Atelier de “Bordados”, dois na “Ginástica”, dois no “Atelier de Música”, dois no “Atelier de Pintura” e um na atividade “Caminhadas”. Fora da Instituição, havia dois elementos inscritos na “Ginástica” e um em “Arte Floral”. Por fim, havia um participante que não estava inscrito em nenhuma atividade para além do Atelier de Teatro.

7.2.2. A aproximação e criação do grupo

A fase de contacto inicial com o grupo foi constituída por uma série de exercícios ou jogos que tiveram como objetivo reduzir os bloqueios, ansiedades ou inibições próprias de um grupo de pessoas que não se conhece. Dada a especificidade das características físicas e psicológicas das pessoas desta idade, procurou-se seleccionar cuidadosamente todos os exercícios.

Segundo Úcar (2006: 140), estas técnicas são “pré-requisitos para a aplicação ou posta em prática de outras técnicas teatrais e o seu objetivo será o de reduzir ou eliminar as tensões derivadas dos encontros interpessoais.”

Apresentaremos, a título de exemplo, algumas das dinâmicas de grupo/ jogos de apresentação e desinibição propostos nesta fase inicial (Quadro 3).

Quadro 3 - Dinâmicas de grupo/ jogos de apresentação e desinibição

Exercícios	Duração	Estratégias	Objetivos	Recursos
<i>Encontro musical</i>	10 min	Colocar música e pedir que todos se movimentem pela sala. Quando a música parar, cada participante dá o braço a alguém e apresenta-se: nome, idade, interesses, etc.. A música recomeça e os pares continuam a andar. Quando a música para, um par junta-se a outro par e apresentam-se todos uns aos outros. Assim sucessivamente até estarem todos de braço dado num único grupo. De seguida, em roda, cada participante partilha o que se lembra desta apresentação	- Apresentação; - Promover a interação grupal;	- Cadeiras - Rádio - Música
<i>Elos</i>	10 min	Pedir aos participantes que se coloquem em fila com os pés a tocar nos calcanhares uns dos outros e as mãos nas cinturas uns dos outros. O objetivo é atravessarem a sala como se fossem um só, sem desfazerem a fila, isto é, sem tirarem o pé do calcanhar e as mãos da cintura do colega, ao som de uma música ritmada. Fazer o exercício com várias variações de ritmo: mais rápido, mais devagar.	- Fomentar a coesão do grupo, através do trabalho em equipa.	_____
<i>Espelho</i>	15 min	Pedir aos participantes que se juntem aos pares e que se colocam frente a frente: um é o guia, o outro o espelho. O guia e o espelho deverão estar frente a frente, olhos nos olhos. O guia faz movimentos fluidos e, o espelho deverá reproduzir, quase em simultâneo e “em espelho”, os movimentos do guia. Deve chamar-se a atenção para os participantes estarem relaxados e concentrados e para usarem todos os planos: em cima, em baixo, à frente, atrás, etc.	- Favorecer a comunicação não verbal; - Fomentar a confiança entre os participantes; - Desenvolver a concentração.	_____
<i>Ilhas</i>	10 min	Colocar folhas de papel de jornal no chão, umas ao pé das outras (como se formassem uma ilha) em número igual ao de participantes. Pedir-lhes que andem pelo espaço ao som da música. Quando a música parar, têm de ir o mais rápido possível para a ilha. Se alguém ficar fora da ilha afoga-se. Em cada nova sequência de jogo retirar uma folha, até ficarem apenas 2/3 folhas no chão. À medida que as folhas de jornal vão sendo retiradas a ilha fica cada vez mais pequena, sendo que o objetivo é que, em grupo, encontrem formas de se encaixarem, equilibrarem, agarrarem uns aos outros para que ninguém se afogue.	- Fomentar a cooperação, o trabalho em equipa, o contacto físico e o divertimento.	- Música - Folhas de papel de Jornal

7.2.3. A evocação e partilha de memórias

A investigação tem apontado para a importância do trabalho de evocação de memórias com as pessoas idosas no sentido em que contribui para resgatar a sua identidade, reconstruir a sua subjetividade, transmitir a sua herança cultural, entre outros, rompendo com os estereótipos construídos em torno deste coletivo (Cabral & Lopes, 2002; Eiras, Ayres, Silva, Santos & Paulino, 2004; Ferreira, 2006, Portella & Ormezzano, 2010).

Há ainda estudos como o de Muniz (2010) que apontam o teatro como um elemento transformador que permite atingir esse fim: recuperar o fluxo da memória vivenciado pelos idosos (Muniz, 2010). Através do desenvolvimento de projetos de animação teatral, as pessoas idosas têm oportunidade de descobrir novos meios expressivos e comunicativos para partilharem as suas histórias, as suas vivências, as suas memórias reforçando o sentido de identidade e de pertença ao grupo.

A fase grupal foi, pois, uma fase de evocação de memórias e partilha das experiências vividas. Aquilo que pretendíamos dos nossos seniores era que procurassem “manter a sua identidade, encontrando novas significações para a experiência existencial” (Venâncio, 2006b: 149).

Este trabalho de evocação de memórias foi realizado em grupo e potenciado por diversos indutores e exercícios (Quadro 4).

Quadro 4 – Exercícios de evocação e partilha de memórias

Exercícios	Duração	Estratégias	Objetivos	Recursos
<i>Caixa das lembranças</i>	20 min	(Anexo IV)	- Evocar a lembrança de momentos do passado.	-Rádio
<i>Diálogo com o objeto</i>	30 min	Pedir aos participantes que escolham um lugar para observarem o seu objeto e pensem: - Porque escolheram esse objeto - Que significado têm para eles - Como o adquiriram - O que/quem lhes faz lembrar... Após este tempo de introspeção, andam pelo espaço e, à vez, vão dizendo frases sobre ele, respondendo a estas questões. Cada um decide quando deve dizer as suas frases, tendo o cuidado de não falar em simultâneo com outro colega.	- Evocar a lembrança de momentos do passado. - Potenciar formas de expressão de sentimentos;	

Tal como nos estudos convocados para o desenvolvimento deste projeto, os relatos orais das memórias evocadas foram gravados, escritos pela investigadora/animadora teatral ou pelos próprios seniores e arquivados para, eventualmente, serem utilizados numa fase posterior da oficina. Com estes

exercícios, induzidos por textos, músicas ou objetos, provocámos aquilo que denominamos “retalhos de memórias” (Anexo V).

7.2.4. A aproximação à linguagem teatral

A fase grupal é também uma fase que deve permitir aos participantes o conhecimento de si, do outro e das competências expressivas do seu corpo e da sua voz, possibilitado por diversas técnicas teatrais. Segundo Úcar (2006: 139), as técnicas teatrais constituem o conjunto de “atividades de simulação, de exploração e de investigação pessoal e interpessoal, sistematizadas e formalizadas, que, através da dramatização de ações, possibilitam investigar, descobrir ou pôr em ação os registos expressivos e comunicativos das pessoas”. Para este autor, várias são as técnicas e exercícios que podem usar-se nos processos de animação teatral, independentemente do seu objetivo final ser ou não uma representação teatral (Úcar, 2006).

Assim, convocámos para o nosso projeto de intervenção, nesta fase grupal, exercícios de exploração e consciência do espaço, exercícios rítmicos, exercícios de relaxamento, exercícios de expressão corporal, exercícios de articulação, dicção e voz, improvisação e dramatização.

- *Exercícios de exploração e consciência do espaço*

Segundo Labal (1950 *in* Fazenda, 2007: 73), os “aspetos básicos e indissociáveis a considerar na forma como o corpo usa o espaço são as direções, níveis, extensões e percursos.”

No caso do nosso projeto convocamos exercícios que julgámos terem permitido, tal como afirma Reis (2005: 55), motivar “os participantes na descoberta das possibilidades expressivas do seu corpo”, trabalhando-se ao nível da “postura, do equilíbrio, da flexibilidade (...) de movimentos expressivos de exploração do espaço, (...) ocupação de volume (...)”, entre outros (Quadro 5).

Quadro 5 - Exercícios de exploração e consciência do espaço

Exercícios	Duração	Estratégias	Objetivos	Recursos
Movimentos circulares e retilíneos	15 min	<ul style="list-style-type: none"> - Andar pelo espaço enquanto que a cabeça, pernas e braços fazem movimentos retilíneos como se fossem robot (movimentos paralelos às paredes, ao chão, ao teto, ou a qualquer diagonal da sala) - Andar pelo espaço com movimento circulares. Todo o corpo deve estar em movimento. Os movimentos devem ser realizados em todos os planos e num ritmo suave, lento. - Andar pelo espaço alternando 	<ul style="list-style-type: none"> - Explorar o espaço; - Segmentar partes do corpo. - Favorecer a concentração. 	

		movimentos circulares e retílineos.		
Andar imaginando que...	15 min	Andar pelo espaço imaginando que: Andam descalços/ andam com uns grandes e pesados sapatos/o chão está frio/o chão está quente/andam cansados/andam com energia/andam alegres/andam tristes/andam na lama/andam na água/andam de marcha-atrás/andam em câmara lenta...	- Explorar o espaço; - Expressar criatividade.	_____
Direções	15 min	Os participantes andam pelo espaço. A animadora pede que o explorem em várias direções e combina com estes as seguintes orientações: - Uma palma (param em Estátua) - Duas palmas (param e mudam de direção) - Três palmas (param e cumprimentam o colega que estiver mais perto)	- Explorar o espaço; - Favorecer a concentração.	_____
Exploração do espaço	15 min	Percorrer o espaço. - movendo os pés como se fossem pincéis que desenham no chão; - tentando mexer todos os membros do corpo - mãos, dedos, braços, pernas, pés e em todos os planos – em cima, em baixo, ao lado, atrás - a 8 tempos: metade do grupo anda no espaço movendo todo o corpo, a outra metade está parada; ao 8º tempo, os que estão a movimentar-se tocam num colega, mantendo a posição em que se encontravam ao chegar ao tempo oito, os que são tocados iniciam os seus movimentos corporais.	- Explorar o espaço; - Segmentar partes do corpo.	_____

- *Exercícios rítmicos*

Os exercícios rítmicos constituem “todo um conjunto de jogos ou exercícios baseados na expressão corporal e no ritmo (...)”. Assim, “ (...) com os exercícios rítmicos procura-se que a pessoa aprenda a conectar-se harmonicamente com o próprio corpo – através do autocontrolo – com a realidade que a rodeia e com os ritmos dos objetos e sujeitos do seu meio” (Úcar, 2006: 140-141).

Apresentamos alguns dos exercícios rítmicos realizados no projeto de animação teatral (Quadro 6).

Quadro 6 - Exercícios rítmicos

Exercícios	Duração	Estratégias	Objetivos	Recursos
Ritmos com o corpo	15 min	A animadora inicia um ritmo com várias partes do corpo: pés, mãos, pernas, por exemplo. Todos os participantes a acompanham. Quando a animadora disser o nome do elemento que está à sua direita, este deve iniciar um ritmo diferente do da animadora. Após 1/ 2 minutos, a animadora diz o nome do elemento que está à direita do anterior que deverá, também ele, criar um ritmo diferente do ritmo criado anteriormente. E assim sucessivamente, até todos terem criado o seu ritmo	- Trabalhar a expressão corporal e o ritmo.	_____
Ritmos com sapato “Lá vai uma lá vão duas...”	15 min	Pedir aos participantes para se sentarem em círculo e tirarem os sapatos, colocando-os à sua frente. Começar a cantar a música “Lá vai uma, lá vão duas....” e bater o ritmo e a cadência e em cada momento, passando o seu sapato para o companheiro que está à sua direita, exceto no refrão: “Lá vai uma, lá vão duas, três pombinhas a voar, uma é minha outra é tua, outra é de quem a apanhar” em que o objetivo é bater com o sapato no chão à frente do colega do lado direito, voltar ao meio das suas pernas, voltar ao meio das pernas do colega e assim sucessivamente, até terminar o refrão. O participante que se enganar sai da roda e leva consigo o par de sapatos que tem à sua frente. Nota: Se os participantes se mostrarem reticentes em retirarem os sapatos, usar objetos.	- Desenvolver a concentração; - Trabalhar a expressão corporal e o ritmo.	- Sapatos ou outros objetos

- *Exercícios de relaxamento*

Em quase todas as sessões, os seniores foram convidados a fazer exercícios de relaxamento. De acordo com Motos (1983: 103 *in* Úcar, 2006: 141), “o relaxamento é um estado psicofísico provocado por uma distensão muscular generalizada que se acompanha de uma profunda calma interior”. Para chegar a este estado de relaxamento, devem ser seguidos uma série de exercícios de tensão-distensão muscular que são acompanhados da projeção de imagens mentais que conduzem à eliminação das sensações corporais, numa linha de progressiva complexidade (Úcar, 2006).

No caso do nosso projeto de intervenção, os exercícios de relaxamento foram convocados, na maior parte das vezes, para encerrar as sessões de forma a conduzir o organismo ao retorno à calma. Para tal, foram orientados no sentido de provocarem a projeção de imagens mentais associadas à calma e paz interior, bem como sensações cinestésicas de calor, frio, dormência, formigueiro. Em algumas sessões, o relaxamento teve também como objetivo levar os participantes numa espécie de “viagem” através da qual faziam uma reflexão sobre a sessão: o que sentiram, o que descobriram, as dificuldades encontradas, entre outros (Quadro 7).

Quadro 7 - Exercícios de relaxamento

Exercícios	Duração	Estratégias	Objetivos	Recursos
Relaxamento	15/20 min	<p>Todos os participantes estão sentados em círculo (em cadeiras). A animadora orienta o relaxamento:</p> <p><i>Comece, a concentrar-se em cada parte do seu corpo, proporcionando o relaxamento à sua pele, músculos e nervos. Ao concentrar-se numa parte de seu corpo, esqueça-se de todo o resto, sinta como se somente essa parte existisse, sinta-a relaxando, sinta toda a tensão a desaparecer, faça uma respiração profunda e relaxe inteiramente essa parte de seu corpo. Imagine uma luz a envolver essa parte do seu corpo, uma sensação de calor, frio, dormência ou formigueiro então aproveite, entregue-se, absorva o relaxamento.</i></p> <p>- Comece pelos seus pés, sinta os dedos de seus pés, planta, calcanhares, dorso dos pés e tornozelos; quando os seus pés estiverem relaxados, passe para suas pernas, dos tornozelos até os joelhos, sinta relaxar cada músculo das suas pernas, proceda da mesma forma para: suas coxas, dos joelhos até os quadris. toda a área dos seus quadris, nádegas e órgãos genitais; área do abdômen, músculos do abdômen e órgãos internos; toda a área do tórax; costas da base da coluna até ao pescoço, músculos das costas e vértebras da coluna; braços dos dedos das mãos aos ombros, dedos das mãos, mãos, pulsos, antebraços, cotovelos, braços, ombros; pescoço, músculos do pescoço, garganta e cordas vocais; cabeça, queixo,</p>	<p>- Proporcionar o relaxamento total do corpo;</p>	<p>- Música calma</p>

		<i>maxilares, boca (a língua deve ficar solta a repousar suavemente), nariz, faces, orelhas, olhos, pálpebras, testa, nuca, topo da cabeça.</i>		
Relaxamento/ Reflexão	10 min	<p>Relaxamento orientado para:</p> <p><i>O local que cada um quiser; está sol; o sol vai entrar no corpo deles. Nesse local o céu está brilhante e eles sentem-se bem...Imaginam-se aí sentados a contemplar...sentem-se bem, felizes, sorriem, descansam..</i></p> <p><i>Nesse local vão procurar a imagem da personagem que começaram a descobrir: quem eram? O que faziam? O que diziam, etc. e vão fotografar essa imagem e guardá-la na caixinha. Continuam a prestar atenção à respiração... Procuram a imagem do melhor momento da sessão, o que foi mais divertido e fotografam-no...guardam também na caixinha... lentamente vão voltar à sala...</i></p>	<p>- Proporcionar o relaxamento total do corpo;</p> <p>- Refletir sobre a sessão.</p>	- Música calma

- *Exercícios de expressão corporal*

A expressão corporal integra uma multiplicidade de linguagens o que torna difícil a sua agregação num denominador comum. A expressão corporal manifesta o “eu” e este nunca se expressa numa única linguagem. Segundo Motos (*in* Úcar, 1992) o seu corpo técnico engloba elementos provenientes do relaxamento, do mimo, da dança, da psicomotricidade, da expressão musical, das técnicas de meditação, da improvisação, entre outros.

Porém, a expressão corporal não é somente a livre e espontânea exteriorização do “eu”, é pois uma técnica que permite a exploração, investigação e experimentação da pessoa sobre o seu potencial expressivo (Úcar, 1992).

Para Úcar (2006: 141-142), neste item, reconhecem-se, assim, “toda uma série de técnicas que têm como base a relação mente-corpo e que entendem este último como uma totalidade psicofísica, através da qual uma pessoa se expressa”.

De seguida, serão apresentados, alguns dos exercícios de expressão corporal propostos ao grupo participante no projeto (Quadro 8).

Quadro 8 - Exercícios de expressão corporal

Exercícios	Duração	Estratégias	Objetivos	Recursos
<i>Expressar com o rosto e com as mãos</i>	10 min	Em círculo, os participantes, em simultâneo, devem expressar com o rosto: Fome; cansaço; medo; desconfiança; tristeza; alegria; surpresa; interesse; satisfação; agonia; infelicidade; interrogação. De seguida, repetem o mesmo exercício mas fazem-no com as mãos	- Desenvolver a expressão não verbal - Transmitir corporalmente, emoções, sentimentos, sensações	- rádio
<i>Escultor</i>	20 min	Os participantes dividem-se por pares. De seguida, atribuem-se temas, por exemplo, “vindimas”, “feira”, “liberdade”, etc. Pede-se que um dos elementos do par, imagine que é um “escultor” e o outro “uma bola de barro”. O escultor deve, assim, “moldar” o corpo do colega de acordo com o tema sugerido. Este, por sua vez, deverá ter o corpo totalmente relaxamento, isento de qualquer expressão. De seguida, trocam os papéis.	- Desenvolver a capacidade de concentração; - Desenvolver a criatividade	- rádio
<i>Mímica de provérbios</i>	20 min	Fazer o levantamento dos provérbios que os participantes conhecem. Escrever num quadro/folha grande. Acrescentar outros propostos pela Animadora. De seguida, dividir o grupo em 2 grupos. Um dos grupos escolhe um dos provérbios e mima para o outro grupo adivinhar. De seguida, invertem-se os papéis.	- Desenvolver a linguagem não verbal/linguagem corporal; - Desenvolver a criatividade.	- Quadro ou folha grande; - Giz ou canetas de feltro

- *Exercícios de articulação, dicção e projeção de voz.*

Os exercícios de articulação, dicção e voz estão relacionados com todo o conjunto de técnicas e exercícios que se relacionam com a expressão oral. Esta, por sua vez, “não pode dissociar-se da capacidade e habilidade respiratória da pessoa, que estará, ao mesmo tempo, condicionada, pela expressão corporal” (Úcar, 2006: 142). Assim, o processo de trabalho com a voz inicia-se, aprendendo a controlar o ritmo respiratório. Controlo este que se obtém “mediante diferentes exercícios de expressão corporal que obrigam a pessoa a tomar consciência da própria maneira de respirar” (Úcar, 2006: 142).

No caso do nosso projeto, o trabalho com a voz incidiu sobre exercícios de controlo respiratório, articulação, dicção e projeção de voz (Quadro 9).

Quadro 9 - Exercícios de articulação, dicção e projeção de voz

Exercícios	Duração	Estratégias	Objetivos	Recursos
Balão	15 min	1ª fase Pede-se as participantes que se coloquem de costas direitas, com mão sobre o abdômen e que imaginem que este é um balão. De seguida, pede-se que inspirem, enchendo o “balão”. A mão acompanha o movimento do abdômen que se enche. Depois esvaziam o “balão”. A mão acompanha o movimento do abdômen até este se esvaizar por completo. Inspirar ao máximo e expirar lentamente (sopro muito fininho) (2 ou 3 vezes).	- Trabalhar a respiração abdominal.	_____
Aquecer a voz	15 min	Abrir a boca 20 x Esticar e encolher a língua 20x Rotação da língua 20x Mascar pastilha – de boca fechada e de boca aberta Utilizando a respiração abdominal, os participantes devem soprar emitindo o som prrrrrrrrrrr; brrrrrrrrrr; depois trrrrrrrrrrrrrrrrrrr O objetivo é expirar durante o maior tempo possível De seguida acrescentar uma vogal Prrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrá Prrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrré Prrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrfrrri Prrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrró prrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrú - Com dedo indicador e polegar juntos em frente a boca: começar a dizer o som ch , entretanto afastar os dedos e ir abrindo, de forma a que o som se propague. Depois z, v, s, j, m	- Aquecer a voz	_____
Furar a parede com a voz	15 min	Pedir a todos os participantes que se coloquem em frente a uma parede a um palmo de distância. De seguida, tentam furar a parede com a voz. Quando o exercício for mais ou menos entendido pelo grupo, sugerir-lhes que procurem, todos ao mesmo tempo, o mesmo tom. À medida que o exercício for progredindo sugerir-lhe que recuem um passo atrás, até estarem cada vez mais distantes da parede	- Projeção de voz - Respiração abdominal	_____
Dicção/Articulação	20 min	Depois de realizar exercícios de aquecimento de voz, distribuir um texto e uma caneta por cada participante. Pedir-lhes que o leiam pausadamente, em voz alta. De seguida, que o leiam articulando as	- Trabalhar a dicção e articulação.	- Textos

		palavras, sem emitir som. Depois, que coloquem uma caneta na boca como se a estivessem a morder. A língua deve ficar atrás da caneta. Pedir aos participantes que leiam o texto, articulando bem as palavras. Por fim, pedir-lhes que voltem a ler o mesmo texto, em voz alta. Levar os participantes a refletirem sobre a diferença entre a forma como lerem o texto no início e no fim do exercício.		
Exercício de variações de intensidade /duração/altura/entoação	15 min	Escolher uma frase e pedir ao grupo que a diga. Depois do grupo ter memorizado a frase pedir que a digam: - Em voz baixa, sem mexer; - Em voz alta, sem gritar, andando; - De modo monótono como se fossem uma mensagem de voz gravado num telefone; - Muito rápido como se fossem relatores de futebol - Como se estivessem zangados; - Como se dissessem uma meiguice.	- Desenvolver variações de intensidade (forte e suave); duração (lenta e rápida); altura (grave e agudo) ; entoação da voz	

- *Improvisação e Dramatização*

Segundo Úcar (1992: 85), a improvisação é, “em primeiro lugar, uma técnica de exploração, investigação e experimentação do eu e constitui-se, portanto, num instrumento privilegiado para o autoconhecimento e para a autoaprendizagem”.

A improvisação tem uma “potencialidade educativa multidimensional, tanto pelos elementos de racionalidade, de imaginação criadora e de experiência vital que concorrem na prática do exercício concreto como pelas capacidades que comporta o próprio processo de realização de improvisação: autocontrolo, desinibição, concentração, etc.” (Úcar, 1992: 85).

Através dela o indivíduo põe em ação os recursos expressivos perante uma situação inesperada.

Segundo Antunes (2005: 72), no início da improvisação “são dadas as sugestões, mas é o grupo a tornar-se o responsável pela direção que a improvisação toma. Não existem respostas previstas, nem finais corretos ou errados. A ação, na improvisação espontânea, tem um final aberto”.

De acordo com a mesma autora (Antunes, 2005: 75), a dramatização é o “processo que dá forma e condições dramáticas àquilo que originalmente não é matéria dramática. A palavra *Drama*, de origem grega, significa *ação*”.

Segundo Úcar (1992: 89), ao teatro interessa a criação de um espetáculo enfatizando o produto acabado e os aspetos estético-artísticos. Pelo contrário, à dramatização “interessa o processo

de criação de uma situação dramática e tudo o que isso supõe a partir de uma perspectiva de aprendizagem e formação dos participantes”.

Os elementos que definem o conteúdo da dramatização são, segundo Cervera (1986 *in* Úcar, 1992: 89)

- as *personagens*, que cada um dos indivíduos representa;
- o *conflito*, gerado a partir das inter-relações pessoais entre as personagens;
- o *espaço*, em que as personagens vivem em conflito;
- o *tempo*, no qual e durante o qual sucede aquele conflito;
- o *argumento* ou *trama* das diferentes ações das personagens que conduzem ao conflito;
- o *tema* genérico da dramatização.

No caso do projeto que levamos a cabo, as improvisações e dramatizações realizadas pelos seniores tiveram como pano de fundo as suas vivências, histórias, memórias e conhecimentos adquiridos ao longo da vida (Quadro 10).

Quadro 10 - Improvisações e dramatizações

Exercícios	Duração	Estratégias	Objetivos	Recursos
<i>Estátuas com vida</i>	50/60 min	Pedir aos participantes que formem 2 grupos: o dos “escultores” e o das “estátuas”. Cada grupo escolhe o seu tema. De seguida, o grupo de escultores esculpe as suas estátuas de acordo com o tema. É um trabalho de grupo. Cada um deve estar atento ao trabalho dos outros para que o conjunto transmita o tema escolhido. Cada um dos “escultores” pode corrigir/modificar algo nas estátuas dos seus colegas. Ao sinal da animadora as estátuas ganham vida e iniciam uma improvisação. A animadora vai dando indicações: Onde estão? Que tempo faz? O que conversam? Que instrumentos utilizam? Como estão vestidos? Como se chamam? Há mais pessoas à volta? O que dizem uns aos outros? De seguida, o grupo de estátuas passa a ser o dos escultores e vice-versa.	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a expressão não verbal - Desenvolver a improvisação - Desenvolver a criatividade 	
<i>Histórias populares</i>	60 min	Propor ao grupo que se distribua por pares. De seguida, propor a cada par que escreva uma história popular que conheçam num papel. Posteriormente, cada par partilha com os outros a sua história. Entretanto, propor-lhes que, em	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a expressão escrita - Valorizar as aprendizagens dos séniores; - Desenvolver espírito de grupo; - Desenvolver a 	<ul style="list-style-type: none"> - Folhas - Canetas

		grupo, escolham um dos trabalhos, para ser dramatizado. Depois de escolhido, todo o grupo vai dramatizar o texto. Devem combinar entre si o local onde se passa a ação, as personagens, o espaço, o tempo em que se passa, relações entre personagens, etc.	improvisação/dramatização	
Provérbios	40 min	<p>(Exercício realizado na sequência da mímica dos provérbios)</p> <p>De seguida, pedir aos dois grupos que escolham um dos provérbios e, em conjunto, pensem numa forma de o dramatizar. Quem são as personagens, o que estão a fazer, que relações estabelecem entre si, onde estão, o que estão a fazer...</p> <p>Cada grupo apresenta ao outro o que preparou.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Contactar com público (colegas) - Improvisar 	
Improvisação Histórias cómicas	50 min	Sugerir aos seniores que selecionem, em pares, um episódio cómico ou estranho que já lhes tenha acontecido. Partilham com o par e, posteriormente, dramatizam uma das histórias, ou ambas, se for possível conjugá-las.	- Desenvolver a improvisação	- Adereços e roupas

No trabalho teatral, a improvisação constitui uma técnica com um potencial formativo crucial permitindo, por exemplo, trabalhar sobre as próprias realidades quotidianas, contribuindo assim, para a sua transformação (Úcar, 1992).

Tal como afirma Antunes (2005: 76), após “a seleção e organização dos elementos que funcionarão como indutores à criação da ação que será retratada no argumento, o processo criativo que a Dramatização proporciona é desenvolvido em grupo, nas fases da Dramatização propriamente dita e na montagem cénica, implicando alguns princípios básicos fundamentais para esse trabalho conjunto.”

No exercício “Estátuas com vida”, os participantes, selecionaram como temas as “Vindimas” e a “Traição”. Na primeira improvisação, os participantes improvisaram uma situação na qual estavam a vindimar. Quando fizeram uma pausa para lanchar, embriagaram-se, comentando o facto de o patrão não lhes pagar. Na segunda improvisação, retrataram uma situação de traição, na qual o marido (que frequentava as danças de salão) tinha uma amante muito mais nova que ele.

No exercício “Histórias Populares”, os seniores foram convidados a selecionar histórias populares que conhecessem e, de seguida, a improvisá-las. O objetivo deste trabalho foi contribuir para a partilha de memórias e valorização da herança cultural destas pessoas. Após um processo de trabalho em grupo, os participantes selecionaram a história “O menino, o velho e o burro” e o poema “A Barca Bela” (Anexo VI).

Depois de terem apresentado o resultado do seu trabalho sugerimos que, em grupo, seleccionassem, de entre o poema e a história, o que gostariam de dramatizar. O grupo decidiu que a história seria a d’ “O menino, o velho e o burro”. De seguida, envolveram-se no processo de distribuição das personagens, de decisão do espaço onde ocorreria a ação e do conflito que envolveria as personagens:

- *O velhinho sou eu. O velhinho vai ser o Sr. David* (Sr. José).

- *E o burro sou eu?* (Sr. Casimiro)

(Todos se riem às gargalhadas, inclusivamente eu).

- *Onde é que isto se passa?* (Animadora)

- *Numa aldeia* (Sr. José).

- *Em Mós. Em Vila Verde* (D. Teresa).

- *Uma aldeia em Vila Verde. Quem são as personagens?* (Animadora)

Explico que a história pode ser representada tal como está, com as personagens ali contidas, ou pode ser adaptada de forma a que entre o povo, ou pode ser outra coisa completamente diferente, mas que remeta para aquela história.

O Sr. José diz que prefere fazer a história como ela está. Discutem sobre o que vão fazer.

Dou-lhes algum tempo para decidirem.

A D. Teresa pega no texto e diz que a *professora disse que podemos fazer de forma diferente*.

- *Quem vai ser o velho e o burro?* (Sr. José)

- *O velho e o burro estão na imaginação* (Sr. David).

- *Nós somos o povo a comentar o que se está a passar* (Sr. José)

Decidem que vão ser o povo e vão comentando o veem o velho, o burro e o menino a fazerem.

De seguida, dramatizam a história, sendo que há os que defendem a posição do “burro”, outros do “velho”, e outros do “menino”. Eu vou interrompendo para dar indicações sobre terem de defender com “unhas e dentes” as suas posições. (...) (Nota de campo nº5).

Assim, tal como aponta a investigação, (Antunes; 2005: 75-76) numa primeira fase, “o grupo deverá encontrar um consenso em relação à aceitação e/ou rejeição de propostas, em função das exigências do argumento que se está a criar. Deverá também ter presente algumas convenções dramáticas e os elementos básicos do Drama – as personagens, o conflito, o espaço, o tempo, o argumento, o tema”.

A dramatização “Quem com ferros mata com ferros morre” surgiu na sequência de um exercício de mímica com provérbios:

Depois de todos terem passado pela posição de mimos, sugiro que todo o grupo (os 5) selecionem um dos provérbios e que façam uma improvisação, tal como fizeram com o “Velho, o Menino e o Burro”.

Decidem que o provérbio no qual se vão basear será: “Quem com ferros mata com ferros morre”.

Questiono-os sobre a mensagem do provérbio. Para, a partir daí, decidirem os seus caminhos (Nota de campo nº 7).

De seguida, os seniores envolveram-se num processo de discussão e negociação de distribuição das personagens e do conteúdo da improvisação:

Discutem que este provérbio quer dizer que “quem faz o bem, recebe o bem, quem faz o mal recebe o mal”. Assim, concluem que terá de haver os “bons” e os “maus”. Para que no fim se atinja a “moral da história, a mensagem”.

Decidem que a D. Helena vai ser “boa” pessoa. O Sr. Casimiro vai ser o “mau da fita”. Alguém propõe ao Sr. José que seja mau também.

– *Eu queria ser o bom* (Sr. José).

– *Então venha para aqui* (D. Glória).

– *O Sr. Casimiro é mau. O Sr. José e a D. Helena são os dois bons. E a D. Glória?* (Animadora)

– *Eu sou encarregada das terras dele* (D. Glória).

– *O Sr. Casimiro é mau....* (Animadora).

– *Eu ainda sou mais má* (D. Glória).

– *O Sr. Casimiro manda nestes dois senhores.* (aponto para a D. Helena e o Sr. José) *E a D. Glória no Sr. Casimiro, por exemplo. E o Sr. David?* (Animadora)

– *É o mediador* (D. Glória).

– *Não. Isso...o mediador sou eu. Eu vou para a defender* (Aponta para D. Helena) (Sr. José).

– *Mas vocês são quê? Funcionários do Sr. Casimiro* (Animadora).

– *Sim. Somos funcionários dele* (Sr. José).

– *De quê?* (Animadora)

– *De uma empresa de marcenaria* (Sr. Casimiro).

- Pronto. E eles o que é que fazem? (Animadora)
- Um é polidor de móveis, o outro mete os arranjos nos móveis (Sr. Casimiro).
- Ai Jesus (Sr. David).
- E a D. Glória faz o quê? (Animadora)
- Eu mando. Posso tratar do dinheiro e ele vai tratar deles todos (D. Glória).
- Um pode ser o patrão, o outro o encarregado, o outro pode ser o contabilista (Sr. José).
- Contabilista (Sr. David).
- O Sr. David quer ser o que resolve a situação? (Animadora)
- Eu estou a pensar como é que vamos dar a volta. Portanto, este amigo (aponta para o Sr. Casimiro) começa por fazer mal. E ele depois tem de sofrer as consequências (Sr. David).
- Exatamente. Era aí que eu queria chegar. Porque o provérbio é “Quem com ferros mata...” (Animadora).
- Temos de atingir o objetivo (Sr. David).
- Com ferros morre... Nós temos de chegar aí (Animadora).
- Esse é o objetivo. Ele tem de morrer (Sr. David).
- Não precisa de morrer... (Animadora).
- Morrer pode ser tornar-se “persona non grata”. Sentir-me mal na sociedade (Sr. David).
- O provérbio é “Quem com ferros mata com ferros morre” (Animadora).
- Mas não precisamos de usar ferros (Sr. David).
- (...)
- Depois caem todos em cima de mim. Porque “quem com ferros mata com ferros morre”. Eles vão se revoltar todos contra mim. Não é? (Sr. Casimiro)
- Pode ser (Animadora).
- (...)
- Mas quando o Sr. Casimiro lhes vira as costas eles podem planejar alguma coisa para fazer ao Sr. Casimiro (Animadora).
- Mas nós não somos maus (D. Helena).
- Mas querem dar uma lição a este senhor e mostrar-lhe que: “Quem com ferros mata com ferros morre”. Porque ele vai vos fazer mal. Mas quem no fim vai ter uma lição vai ser ele (Animadora).
- Pode ter um incêndio na empresa. Pode ter um desfalque, pode ser roubado, pode a inflação invadir o mercado (Sr. David).
- E o papel da D. Glória como vai ser? (Animadora)
- Eles são os bonzinhos. Ele é o “chefão”. Eu posso ser mulher dele, por exemplo. Ele vem para casa fazer queixa, por exemplo (D. Glória).
- Então aí já não é má a D. Glória (Animadora).
- Não. Eu também sou boazinha. Eu posso dizer: “Deixa lá. Deixa lá. Não sejas tão mau para eles” (D. Glória).

- *Vai ser giríssimo e tem uma mensagem maravilhosa. Eles mostram que a empresa está toda em obras, está mal. (...) Mas a dada altura entrou o veneno na cabeça deste amigo e envenenou também a senhora. E começaram a querer engordar rapidamente. Fazer dos outros escravos. Explorar os outros. Depois vem o reverso da medalha e* (Sr. David).
- *Pronto. E a D. Glória, tal como estes senhores, pode-se cansar de o aturar. E então...* (Animadora).
- *Pira-se. Pode ficar sem mulher e sem empresa* (D. Glória).
- (...)
- *Falta o Sr. David* (Animadora).
- *Pois. Isto é muito bonito falar, falar...* (Sr. David).
- *O Sr. David pode ser amigo do Sr. Casimiro, chamando-o para o bem. Chamando-o à atenção* (Animadora).
- *Ele está triste e eu mostro-lhe o caminho...* (Sr. David).
- *Vamos lá então...* (Animadora) (Nota de campo nº 7).

Em resumo, nesta improvisação (Anexo VII), o “patrão” discutiu com os “funcionários” porque eles não trabalhavam. De seguida, foi para casa e discutiu com a “mulher”. A “mulher” começou a chorar. O “patrão” saiu de casa para ir ter com o “amigo”. Enquanto isso os “funcionários” planearam fazer uma greve. O “amigo” funcionou como um mediador que tentou convencer o “patrão” a ser mais humano com os funcionários e com a mulher. O “patrão” voltou a casa e discutiu com a “mulher”. De seguida, voltou à fábrica onde encontrou os “funcionários” preparados para fazerem greve com o argumento de que “eram escravizados”. O “patrão” argumentou que os “funcionários” não trabalhavam. Estes, por sua vez, argumentavam que ele não pagava. Ameaçaram incendiar a fábrica.

Na sessão seguinte, que coincidiu com a entrada de um novo elemento, a D. Celeste, os seniores deram continuidade à improvisação. Assim, começaram por contextualizar a D. Celeste e a D. Teresa (que tinha faltado na sessão anterior) sobre o trabalho realizado:

- *Os funcionários vão me começar a fazer a vida negra. Vão me incendiar a fábrica* (Sr. Casimiro).
- *Queremos uma indemnização. Queria-nos mandar embora* (D. Helena).
- *Querem uma indemnização... Depois em casa, comecei a dar-me mal com a minha mulher. A mulher pôs-me fora da porta* (Sr. Casimiro).
- (...)
- *E depois?* (D. Teresa)
- *Você era o mediador* (dirigindo-se ao Sr. David) (Sr. José).
- (...)
- *Agora vão me fazer a vida negra a mim* (Sr. Casimiro).
- *Claro já percebi* (D. Teresa).

- Pronto e foi aí que paramos (Sr. Casimiro).

De seguida, os participantes foram envolvidos numa discussão que tinha como objetivo orientar a forma como iriam conduzir novamente a improvisação. Havia um elemento a faltar e 2 elementos que não estavam na semana anterior o que levou à reformulação do enredo e das personagens. Assim:

- *Deixem-me só fazer uma pergunta: aqui o Sr. David como mediador conseguiu levar a sua mensagem ao público, na semana passada?* (Animadora).

- *Não houve assim grande oportunidade. O resultado depois é que vai...Convém mostrar o tal mau resultado* (Sr. David).

- *Pronto. É isso que eu quero que pensem. Primeiro, quem vão ser estas duas senhoras?* (apontando para a D. Teresa e D. Celeste) *O Sr. Casimiro continua a ser o mau?* (Animadora)

- *Continuo, já agora...* (Sr. Casimiro).

- *Vai ser o patrão. E estes dois senhores continuam a ser os funcionários?* (apontando para D. Helena e Sr. José) *São os funcionários maltratados pelo patrão* (Animadora).

- *Não nos pagavam* (D. Helena).

- *Eu tenho experiência nisso* (D. Teresa).

(...)

- *A D. Teresa vai ser funcionária?* (Animadora)

- *Eu sou o que quiserem* (D. Teresa).

- *Sr. Casimiro sou o quê?* (D. Teresa)

(...)

- *Devia ser você a fazer de esposa do Sr. Casimiro* (apontando para a D. Teresa) (Sr. José).

- *É? Pronto* (D. Teresa).

(...)

- *E a D. Celeste?* (Animadora).

- *A D. Celeste pode ser empregada também* (Animadora).

- *É. Podemos ser 3 ou 4* (D. Celeste).

- *Ok. Agora têm de pensar qual é a primeira cena....A semana passada começaram ali. O Sr. Casimiro a tratar mal os seus funcionários* (Animadora).

- *A berrar* (Sr. Casimiro).

- *Berrava-lhes. Eles respondem. Depois dali parte...Lembram-se?* (Animadora).

- *Sim. Dali parte para a mulher* (Sr. Casimiro).

- *Aqui neste cantinho. Certo?* (D. Teresa)

(risos mas não se percebe porquê)

- *Depois?* (Animadora)

- *Vai ao amigo* (Sr. Casimiro).

- *Depois volta para a fábrica e a mulher descobre que ele tem amantes* (Sr. José).
- *E vai ficar na miséria...* (Sr. David).
- *Sem funcionários e sem mulher...* (Sr. José).

Nesta improvisação (Anexo VIII), os “funcionários” continuaram a fazer greve. O “patrão” foi para casa e contou à “mulher” o que se passou na empresa. Esta sugeriu-lhe ir à fábrica com ele. Na fábrica, os “funcionários” insistiram que o “patrão” não pagava há 2 meses, ao que ele respondeu que já pagou. Os “funcionários” contra-argumentaram dizendo que já tiraram o talão do Multibanco e não havia registo de nenhum depósito, ameaçando novamente que iam fazer greve e incendiar a fábrica. A determinada altura, um dos “funcionários” afirmou que o “patrão” tinha amantes. A “mulher”, chocada, comprometeu-se a ajudar os “funcionários”. Nesse sentido, pediu-lhes que não incendiassem a fábrica mas que, se assim o entendessem, fizessem greve. Um dos “funcionários” ameaçou tomar posse da fábrica, envolvendo-se numa discussão.

Na improvisação “Histórias cómicas”, os seniores foram convidados a, em pares, seleccionarem um episódio cómico, estranho, fora do normal que, eventualmente, tivessem vivenciado e a partilhá-lo com o seu par. De seguida, foi-lhes sugerido que dramatizassem uma das histórias ou ambas, caso fosse possível conjugá-las. As histórias seleccionadas que, numa fase posterior, foram novamente improvisadas, escritas e reescritas, foram:

A história do Sardão

A D. Helena disse-me que a história que iam contar (ela e o Sr. Casimiro) era a dela. Quando ela e amiga iam a sair da escola quase sempre estava um sardão na estrada. Um dia, a amiga, que ia de saia vermelha, decidiu parar em frente ao sardão e dizer uma ladainha a “desafiar” o sardão enquanto levantava a saia. E o sardão mordeu-lhe a vagina.

A história das chaves da vizinha

A D. Glória disse que a história que iam dramatizar (ela e o Sr. José) era uma dela. Um dia, a D. Glória, por brincadeira, atirou para as silvas a chave de uma vizinha de quem ela não gostava. Depois escondeu-se atrás das silvas e ficou a vê-la à procura das chaves, enquanto se fartava de rir.

A história da minissaia

A minha história não é minha, mas eu presenciei-a uma vez. Uma altura, na rua ia a passar um senhor muito bem vestido e, do outro lado da rua, estava uma senhora de minissaia de perna cruzada e ele tropeçou e caiu quando estava a olhar para ela (Sr. Roberto).

(Dramatizada por Sr. Roberto e D. Celeste) (Nota de campo nº 9).

- *Baú das improvisações*

Durante esta fase de aproximação à linguagem teatral convidámos os seniores a trazerem roupas velhas e objetos para o baú das improvisações. Para tal, contámos também com o apoio da Instituição X que nos forneceu um baú de papelão para guardar este material.

7.2.5. A ida ao teatro: espetáculo “A Bela Adormecida”

A determinada altura do processo fizemos o convite aos seniores para assistirem a um espetáculo baseado no conto “A Bela Adormecida” e que trabalhava ao nível das memórias e vivências dos seniores que integravam o elenco: músicos, atores e bailarinos com mais de 60 anos. Tendo em conta os objetivos do nosso projeto de intervenção, considerámos que seria de todo pertinente propor aos seniores a ida ao teatro para assistir a este espetáculo. Este foi apresentado no dia 21 de janeiro de 2011 pela Companhia Maior no Centro Cultural Vila Flor, em Guimarães.

Dada a impossibilidade da Instituição X fazer o transporte dos seniores na sua carrinha, à noite, bem como de financiar os custos desta atividade, a proposta para que todos os participantes pudessem assistir ao espetáculo teatral foi a de dividirmos a despesa entre todos e nos deslocarmos em transporte próprio. Porém, por diversas razões (de ordem financeira, por outras ocupações, etc.) apenas 2 dos 9 seniores puderam participar nesta atividade.

Infelizmente, depois do espetáculo não nos foi possível comentá-lo dado que, nessa mesma noite, um destes seniores foi hospitalizado por questões de saúde. Algo que afetou não só o desenrolar dessa noite como o das sessões seguintes.

7.2.6. “E se fizéssemos teatro?”

Nesta primeira fase de aproximação à linguagem teatral, considerámos que seria importante perceber o interesse ou não dos seniores em apresentar o resultado final do seu trabalho no fim do Atelier de Teatro, tendo em conta o interesse manifestado por alguns. Assim, abordámos o grupo nesse sentido:

- Eu gostava de saber se gostariam de fazer uma apresentação final do trabalho realizado no Atelier de Teatro? (Animadora).

- *Sim. Podemos representar para amigos. Aqui na Instituição* (Sr. Casimiro).
 - *Por mim pode ser para toda a cidade. Eu não me importo* (Sr. José).
 - *Tu é que sabes. Por mim qualquer coisa está bem. Desde que me digas que tá bem assim, eu faço. Dizes-me para eu levantar o braço. Fazer assim e assado e eu faço* (D. Glória).
 - *Faço minhas, as suas palavras* (dirigindo-se à D. Glória) (Sr. David).
 - *A Instituição tem contactos com aquele museu lá em baixo, como se chama?* (Sr. José).
 - (...)
 - *Sim. Pode ser lá. Podemos apresentar para os velhinhos. Não interessa. O que interessa é que somos amadores. Estamos a descobrir* (Sr. José).
 - *E gostavam de apresentar o quê?* (Animadora).
 - *A menina Carla é que sabe* (Sr. José).
 - *Sim. Carla. Tu é que sabes* (D. Glória).
 - *Alguém tem alguma sugestão? Querem representar uma peça que conhecem? Querem trabalhar com o material que temos usado nas sessões, como os poemas, os provérbios, as histórias? Ou outra coisa?* (Animadora).
 - *A do sardão e a do velhinho, menina Carla* (D. Helena).
 - *Por exemplo...* (Animadora).
 - *A menina Carla é que sabe* (Sr. David).
 - *Por mim, é qualquer coisa. Tu é que és a professora, tu é que sabes* (Sr. Casimiro).
 - *Se tiverem sugestões, podem dá-las* (Animadora).
 - *Oh Carla tu é que vês o que é melhor* (D. Glória).
 - *Eu pensei em pegarmos naquilo que temos feito, nas improvisações que temos feito, como a das "Vindimas", da "Traição", do "velho, do menino e do burro" e construirmos "flashes", imagens, "sketches", algo simples. Mas, mais para frente, teríamos de ver uma forma de essas imagens se encaixarem umas nas outras... O que acham?* (Animadora).
 - *Sim. Pode ser* (D. Glória).
 - *Por mim, o que a menina Carla disser está bem* (Sr. José).
 - *Eu por mim também* (Sr. Casimiro).
- O Sr. David acena com a cabeça que sim (Nota de campo nº 7).

Dado que nesta sessão estiveram presentes apenas cinco participantes, abordámos novamente esta questão nas sessões seguintes. Todos os participantes continuaram a manter-se interessados em apresentar o resultado final a que nos conduziria o processo. Porém, dado que pretendíamos uma participação ativa no processo de seleção de temas para aquilo que viria a ganhar a forma de espetáculo, pensámos em devolver-lhes, através de uma apresentação multimédia, todo o trabalho teatral realizado até à data. Assim,

Termino explicando que para a semana vou passar um vídeo com as fotos e as improvisações que foram realizadas: *Para lembrarmos o que fizemos, para vermos o processo de evolução, o processo de integração dos elementos novos, etc. E para fazermos uma reflexão no fim, para decidirmos o que é que, a partir deste momento, vamos fazer para pôr em cena. Tínhamos decidido que íamos fazer um espetáculo...E então, dentro daquilo que fizemos ou doutra proposta, vamos decidir o que realmente vamos fazer, a partir daqui e até ao fim deste projeto* (Nota de campo nº 10).

7.2.7. Devolução do trabalho realizado

No sentido de devolver aos seniores o trabalho realizado, preparámos uma apresentação multimédia na qual compilámos fotografias e filmagens de todas as sessões realizadas até essa altura. A projeção do vídeo foi precedida de uma explicação de que pretendíamos fazer um resumo de tudo o que tinha sido realizado até à data. Por um lado, este vídeo tinha como objetivo que os seniores se observassem na condição de “atores” e, nesse sentido, foi-lhes pedido “que estivessem atentos à postura e projeção de voz em palco” (Nota de campo nº 11). Por outro, que seleccionassem as improvisações a partir das quais gostariam de criar.

7.3.Fase criativa

Depois de convocado e constituído o grupo, de feito o diagnóstico dos seus interesses, necessidades e expectativas, depois de todo um processo de evocação de memórias, de uma aproximação à linguagem teatral e de se ter percebido o interesse dos participantes em apresentarem o resultado final deste processo, o grupo entrou numa fase de criação, eminentemente ativa. Esta fase, segundo Ventosa Pérez (1990), caracteriza-se pela seleção, construção e realização de montagens coletivas.

Para Soares (2010: 4) em projetos teatrais com pessoas idosas, nesta fase, procura-se, à maneira de uma colagem “selecionar e costurar os jogos e achados cénicos obtidos no decorrer do processo, de maneira a construir uma cena dotada de sentido e teatralidade, sem a preocupação, no entanto, de estabelecer um enredo ou sequência linear”.

Assim, nesta fase, focalizámo-nos no processo de criação propriamente dito, o qual conduziu a uma mostra pública do trabalho realizado. Desenvolvemos assim, um conjunto de procedimentos que foram desde a seleção coletiva dos “retalhos” de memórias, que o grupo pretendia representar e encenar, até ao momento de apresentar o resultado de um processo que se pautou por ser de constante debate, reflexão, experimentação, escrita, devolução da escrita e reescrita do guião.

Esta fase contou com a realização de 15 sessões, desde 12 de fevereiro de 2011 a 14 de maio de 2011.

Apesar destes processos serem apresentados de uma forma faseada, na prática, foram sendo realizados quase em simultâneo.

7.3.1. Seleção de temas

Depois da projeção multimédia sugerimos aos seniores, que apresentassem as suas propostas para a realização do trabalho de criação. Foi-lhes sugerido que apontassem as situações sobre as quais gostariam de trabalhar teatralmente a partir de então. Assim, um ponto comum a todas as sugestões foi a dramatização do provérbio "Quem com ferros mata com ferros morre" com algumas alterações, bem como de algumas histórias improvisadas e dramatizadas, nomeadamente, das "vindimas", da "traição", do "sardão" e da "minissaia":

- (...) *O que mais gostei foi a cena da "Fábrica"* (baseada no provérbio "Quem com ferros mata, com ferros morre") (...) *Também gostei muito da cena com o Roberto, da minissaia. Está muito engraçado* (D. Celeste).

- *Eu acho que a cena da "Fábrica" é muito longa. (...) Tem de se arranjar uma forma de cortar. Arranjar uma forma de resolver a situação, chegar à conclusão... Ficamos muito longos e repetimos muito tempo. O que temos de fazer é aproveitar as melhores partes. Também gostei muito da cena da Traição. Pena não estar aqui* (dado que não tinha sido filmada) (...) *A cena da "minissaia" também é gira. A das "Vindimas" também e o Sr. Casimiro a fazer a "estátua da Liberdade"* (Sr. José).

- *Eu também gostei muito dessa improvisação, mas não chegamos à conclusão que é "Quem com ferros mata com ferros morre"* (Sr. David).

- *O que mais gostei foi a cena da "Fábrica." Mas é muito longa. E a da "minissaia"* (Sr. Roberto).

- (...) *Gostei da cena da "Fábrica" e do "Sardão". Também gostei dos poemas mas acho que não tenho jeito* (D. Helena).

- *Eu gostei da cena da "Fábrica, da cena do divórcio* (Sr. Casimiro).

- *Gostou mais de fazer de Patrão ou de Funcionário?* (Animadora)

- *No princípio gostei de fazer, mas depois não sabia o que havia de fazer, como dar a volta à situação (...)* *Também gostei muito dos "Escultores", de fazer a cena das "Vindimas"* (Sr. Casimiro).

- O que mais gostei foi da improvisação “Quem com ferros mata com ferros morre”. Eu não gostava de ser mulher do patrão. Pus-me do lado dos funcionários e aos olhos da sociedade isso, se calhar, não é correto. Mas a cena do “Patrão” e dos trabalhadores foi muito cansativa. Gostei de ver o Sr. José como “Patrão”. Eu pensei que ele se ia deitar no chão, mas ele foi muito esperto. Já tinha tudo pensado. Tudo armado (D. Teresa).

- Eu também gostei do “Quem com ferros mata com ferros morre”, mas foi muito cansativa. Gostei da cena das “Vindimas”. Eu gostei de fazer de bêbada porque me fez rir. O riso leva-me ao choro. Tudo o que me faça rir eu gosto. Posso ser a mulher do “Patrão”, como posso ser outra pessoa qualquer. Nessa improvisação, gostei da Teresa a discutir com o marido (personagem “Patrão”) (D. Glória).

Em resumo, embora com algumas alterações foi consensual a decisão de trabalhar a partir do provérbio “Quem com ferros mata com ferros morre”. Assim, após uma reflexão e debate, lançou-se uma possível abordagem: esta seria a cena principal à volta da qual girariam todas as outras, ou seja, pequenas histórias contadas por cada um, canções, poemas, etc.. No entanto, salvaguardámos que, durante o processo, muitas coisas poderiam mudar e que o espetáculo não precisava “ter um início, meio e fim articulados. Podiam ser pedaços disto e daquilo, fragmentos...” (Nota de campo nº 11).

7.3.2. Debate e improvisação coletiva sobre os temas selecionados/ Construção do texto

Começámos assim por trabalhar ao nível das improvisações baseadas no referido provérbio. Neste sentido, propusemos aos seniores que lêssemos as transcrições das improvisações e as resumíssemos. Deste trabalho resultou a divisão da primeira improvisação em 6 cenas:

- 1ª Cena – O “patrão” discutiu com os “funcionários” porque estes não trabalhavam.
- 2ª Cena – De seguida, foi para casa e discutiu com a “mulher”.
- 3ª Cena – O “patrão” saiu para a rua enquanto os “funcionários”, na fábrica, planeavam uma greve.
- 4ª Cena – Na rua, o “patrão” conversou com o “amigo”.
- 5ª Cena – A “mulher” expulsou o marido (“patrão”) de casa.
- 6ª Cena – Na fábrica, os “funcionários” começaram uma greve e ameaçaram incendiar a fábrica.

Por seu turno, na 2ª improvisação, a personagem “funcionário” passou a “patrão” e vice-versa; a personagem “mulher” foi realizada por outra participante e introduziu-se mais uma personagem “funcionária”. Esta dividiu-se em 4 cenas:

1ª Cena – O “patrão” deu ordens aos “funcionários” que disseram que não trabalhavam porque não recebiam ordenado.

2ª Cena – Conversa entre “patrão” e “mulher”. A “mulher” foi com o “patrão” à fábrica.

3ª Cena – Na fábrica, a “mulher” tentou convencer os “funcionários” a darem uma segunda oportunidade ao “patrão”. Houve a divulgação de que o “patrão” teria amantes.

4ª Cena – A “mulher” ficou do lado dos “funcionários”. Expulsaram o patrão/marido. A “mulher” dividiu o dinheiro com os funcionários.

De seguida, envolvemos os seniores num debate com as seguintes orientações:

- o que eliminar;
- o que acrescentar;
- que idade teriam as personagens;
- que relações estabeleceriam entre si;
- quais seriam os momentos-chave (cenas) da improvisação;
- como se daria o clímax;
- como é que a mensagem iria ser levada ao público.

Depois deste debate, que incidiu sobre o enredo e as ligações estabelecidas entre as personagens, elaborou-se o seguinte possível guião:

1ª Cena – Na fábrica, o “patrão” discute com os funcionários porque estes não trabalham.

2ª Cena – Em casa, o “patrão” discute com a “mulher”.

3ª Cena – O “patrão” pelo caminho encontra o “amigo” com quem desabafa. Este, por sua vez, dá a entender que ele tem uma amante e que não deve tratar mal a mulher e os filhos.

4ª Cena – Na fábrica, os “funcionários” planeiam fazer uma greve.

5ª Cena – Na fábrica novamente, o “patrão” descobre que os “funcionários” estão a fazer greve.

6ª Cena – Vai para casa, conversa com a “mulher” e vão os dois à fábrica para esta tentar convencer os funcionários a trabalharem. No calor da discussão, a “mulher” fica a saber que o marido

se envolve com outras mulheres. Este acaba por ficar na miséria porque pôs tudo em nome da mulher. A mulher divide o dinheiro com os funcionários e expulsam o “patrão”.

Na sessão seguinte, deu-se continuidade a este trabalho. Em primeiro lugar, relembremos a sequência proposta para a dramatização. De seguida, cada um apresentou a sugestão da personagem que gostaria de interpretar. Nesta altura, pelas razões já mencionadas, infelizmente, contávamos apenas com 8 participantes. Assim, os participantes envolveram-se num debate em torno da distribuição das personagens:

O Sr. Roberto disse que podia fazer o papel que era do Sr. David, ou seja, amigo do patrão. Perguntou-me se tinha de fazer como fazia o Sr. David. Eu disse que não, que ele era diferente do Sr. David, portanto ia criar a sua personagem (...).

Entretanto, o Sr. José disse que podia ser funcionário e ser delegado sindical (...).

Ficou então decidido que o Sr. Casimiro seria “Patrão” e o Sr. José “Funcionário e Delegado Sindical”.

Entretanto, relativamente à personagem “Mulher” também tinha a sensação de que, quer a D. Glória, quer a D. Teresa queriam trabalhar esta personagem.

Perguntei-lhes quem queriam ser. Ambas disseram que tanto fazia, que eu é que tinha de decidir. A D. Glória dizia que a D. Teresa tinha muito *jeito* principalmente na parte do fim (ou seja, quando discute com o marido por causa das amantes). Por seu turno, a D. Teresa dizia que a D. Glória também tinha muito jeito, por exemplo, na parte em que chorava. Posto isto, sugeri que ambas fossem Mulheres, cada uma com a parte que tinha criado nas improvisações. Estas aceitaram imediatamente.

Perguntei à D. Celeste e à D. Helena se queriam trabalhar as personagens “Funcionárias” Estas disseram que sim (Nota de campo nº 13).

De seguida, sugerimos que se caracterizassem consoante as suas personagens. O objetivo do trabalho era improvisar cena por cena e começar a escrever o guião.

Nesta sessão, colocámos os seniores, pela primeira vez, em palco. Apagámos as luzes da plateia e ligámos as luzes do palco o que imprimiu naturalmente um outro dinamismo à sua participação.

De seguida, partimos para o trabalho de mesa e escrevemos o guião das três primeiras cenas.

Nas sessões seguintes, relembremos todo o trabalho realizado anteriormente e sugerimos que partissemos para o trabalho de improvisação das três últimas cenas.

Durante a improvisação destas houve um momento de pausa e discussão, em relação à greve dos funcionários e à atuação que o patrão deveria ter nessa situação:

O Sr. José defende que o patrão devia queixar-se ao amigo. E o amigo ia convencer os funcionários a trabalharem.

O Sr. Roberto defende que se deve convencer os funcionários a terminarem a obra para entretanto o patrão receber o dinheiro e mandar os funcionários embora. Mas que o patrão tem de ficar na miséria porque “quem com ferros mata com ferros morre”.

Eu sugiro que se dê um final mais feliz à história, que o amigo convença realmente os funcionários a terminarem a obra, que o patrão se redima dos seus pecados, etc. . Sugiro também que se dê outro título.

Explico-lhes que partimos de uma ideia baseada no provérbio “quem com ferros mata com ferros morre”, porém, chegamos à conclusão que a história acaba por ser muito trágica, triste ... até porque há alguém que vai ficar na miséria. Porque não darmos a possibilidade de mostrarmos às pessoas que aquele homem, o patrão, é capaz de remediar o que fez? Errou mas pode remediar isso (Nota de campo nº 14).

Assim, após vários momentos de debate, reflexão, improvisação, escrita, reescrita, decidimos dar um final mais feliz à história que se chamaria “Mais vale tarde que nunca”. O resumo do guião apresenta-se de seguida:

1ª Cena – Os “funcionários” encontram-se na fábrica a falarem da situação. O “delegado sindical” insiste na ideia de fazerem greve. As “funcionárias” defendem que devem esperar mais uns dias e relembram as anedotas que o “patrão” contava à hora do almoço. O “delegado sindical” insiste em fazerem um pré-aviso de greve.

2ª Cena – O “patrão” discute com os “funcionários” por causa do trabalho que devia estar feito e não está. Estes confrontam-no com o facto de ele não pagar há 3 meses e que o melhor é fazerem greve. Entretanto, os “funcionários” saem para almoçar.

3ª Cena - O “patrão” conta à “mulher” que os “funcionários” estão a fazer greve e dá-lhe a entender que fez alguma coisa de errado.

4ª Cena – O “amigo” e o “patrão” conversam, na rua, sobre o facto dos “funcionários” não trabalharem e quererem fazer greve e sobre a “amante” do “patrão”. O “amigo” aconselha-o a terminar com a amante e a contar tudo à “mulher”. Sugere-lhe ainda emprestar-lhe dinheiro para pagar aos “funcionários”.

5ª Cena – O “patrão” conta toda a verdade à “mulher”, pede-lhe desculpa, diz que vai pagar aos funcionários. A “mulher” não sabe se o consegue perdoar.

6ª Cena – O “patrão” paga aos “funcionários”, desculpa-se por todo o mal que lhes causou e dá-lhes um dia de folga.

7ª Cena - Monólogo do “amigo” – faz um resumo do que aconteceu depois - na fábrica tudo regressou à normalidade e o “patrão” foi pagando a dívida ao “amigo”; o “patrão” deixou

definitivamente a amante; “a mulher” separou-se deste durante uns tempos mas, mais tarde, reconciliaram-se.

De seguida partimos para o trabalho ao nível dos “quadros” baseados nas memórias e vivências dos seniores. Estes sugeriram apresentar as histórias do “sardão”, da “minissaia” e das “chaves”.

O processo prosseguiu dentro da mesma lógica de improvisação/escrita/improvisação/reescrita.

Assim, começámos por improvisar as histórias do “sardão”, da “chaves da vizinha” e da “minissaia” (Anexo IX).

Neste processo, surgiu também a ideia de a D. Laura ser o narrador que faria a transição entre as várias cenas. Sugerimos que o narrador transportasse uma “mala de lembranças” onde iria “buscar” cada uma das histórias. A D. Laura responsabilizou-se por escrever estes separadores de memória e sugeriu que o espetáculo terminasse com o poema “Menino Grande” de Sebastião da Gama.

O processo foi avançando e surgiu a ideia de se iniciar o espetáculo com os seniores a cantarem a música “Vem viver a vida” de José Cid. Fomos experimentando, improvisando, retirando, acrescentando:

Experimentei colocá-los todos em cima do palco a cantar a canção “Vem viver a vida” para dar início ao espetáculo (Todos de costas, a D. Laura com a mala ao meio. Durante o instrumental todos de costas. No refrão viram-se e cantam todos)

Fizemos a experiência com a mala. A D. Laura usou partes de poemas seus e de Fernando Pessoa para introduzir cada uma das histórias.

C.O.: A ideia é interessante, mas falta luz a incidir na narradora. Com a luz que preenche todo o palco perde-se a beleza do momento (Nota de campo nº16).

Durante este processo, a história que parecia estar menos contextualizada era da “minissaia”. Era uma cena muito rápida que poderia não ser percebida pelo público. Para além disso, parecia dar um ar um pouco leviano à personagem “Senhora da minissaia”. Assim,

Pedi-lhes a opinião sobre essa cena. A D. Glória e a D. Teresa disseram que achavam graça porque a D. Celeste tinha “muito jeito”. E não fazia mal haver “um bocado de picante na cena”. O Sr. Roberto disse que achava que lhe “dava um ar leviano e que podia manchar a honra dela”. Entretanto, disse que percebia que

“no teatro, as pessoas faziam de homossexuais, prostitutas”, etc. mas que realmente era uma cena muito rápida e que não se percebia.

Propus então a substituição dessa cena pela das “Jardineiras Floreiras”, ao que todos concordaram (Nota de campo nº 17).

Fizemos, pois, mais uma série de improvisações experimentando as novas ideias para esta cena: entravam primeiro as “meninas” a comentarem que uma delas (a personagem da D. Celeste) tinha uma carta para dar ao seu apaixonado (personagem do Sr. Roberto). Depois entravam os “meninos com físgas”. As “meninas” convidavam os meninos a jogarem ao jogo do costume (“Jardineiras Floreiras”) e, depois do jogo/dança de roda, a “menina” entregava a carta ao “menino”. Surge, assim, a primeira proposta de guião das cenas baseadas nas memórias e histórias dos seniores no qual,

(...) retiramos a cena da minissaia e substituímos por uma cena em que se refere a dança de roda “Jardineiras Floreiras” e na qual o elemento-chave é uma carta que a personagem “menina” vai dar à personagem “menino” (...). A atenção da cena recai sobre a D. Celeste e o Sr. Roberto dado que esta história vem substituir a que eles dramatizavam. No entanto, todos estarão em cena, dado que vão fazer a dança de roda.

É também por esta altura que se dá ao produto final, composto por estes “quadros” com histórias vividas e recontadas pelos seniores e pela dramatização “Mais vale tarde que nunca”, o título “Pedaços de Nós...”

Nas sessões seguintes, fizeram-se as últimas alterações ao texto. No guião que se refere às memórias, reformulou-se novamente a cena que se referia à “carta de amor” e à dança de roda “Jardineiras Floreiras” dado que a D. Laura reescreveu o texto do narrador assumindo que eram duas cenas diferentes. Assim,

(...) pretendendo valorizar o seu texto, sugeri criar mais uma cena: a cena da “carta de amor” entre o menino e a menina. E, de seguida, a cena das “Jardineiras Floreiras” com todos. Todos concordaram. Pareceu-me que a D. Celeste e o Sr. Roberto ficaram contentes porque voltaram a ter a “cena só deles”. (Nota de campo nº 18)

Decidiu-se também que o espetáculo iniciaria com uma projeção de vídeo com a música “Vem viver a vida” e fotos antigas de cada um dos participantes:

Pedi-lhes que, para a semana, trouxessem fotos antigas para fazer um vídeo para dar início ao espetáculo. Foi uma confusão, esta altura. Porque quando se fala em fotos antigas, os seniores vão imediatamente à

infância e começaram a dizer que não tinham fotos da infância porque não tinham máquina. Alguns falaram da escola que, naquele tempo, os rapazes estavam separados das raparigas, etc.. E o tempo foi passando... Expliquei-lhes que podiam ser fotos de há 10/20 anos. Eram antigas na mesma e reportavam-nos aos seus 40 anos, por exemplo, ou seja, não tinham de ser da infância (...) (Notas de campo nº 18).

Alterou-se, de igual modo, o nome da Fábrica de “Ramoá” para “Meireles”. Um dos seniores fez esta sugestão, argumentando que poderia ferir a suscetibilidade de alguma empresa com esse nome. Assim, chegamos ao guião final do “Espetáculo Pedacos de Nós” (Anexo X).

Durante este processo, foi também sendo negociado com a Instituição X a data e local da apresentação do “Pedacos de Nós...”. A Instituição X sugeriu e iniciou um processo de pedido de cedência de um espaço maior do que aquele em que trabalhávamos. Porém, dadas as dificuldades burocráticas a esse nível, definiu-se que o espetáculo se apresentaria na própria Instituição no dia 14 de maio de 2011.

7.3.3. Montagem e finalização das cenas

Esta foi a fase em que se definiu todo o guarda-roupa, adereços, desenho e operação de luz, cenografia e sonoplastia.

Assim, o desenho de luz foi realizado por nós, dinamizadores do projeto, tendo em conta os escassos recursos do palco da Instituição X. As luzes acendiam-se no próprio palco, que era muito reduzido, o que dificultava a introdução de outras pessoas que não os próprios participantes para a sua operação.

Dado que todo o espetáculo acontecia em espaços diferentes (cada cena correspondia a um espaço), a solução encontrada para a cenografia e sonoplastia foi uma apresentação multimédia (som e imagem correspondente a cada cena) (Anexo XI).

A definição do guarda-roupa foi feita coletivamente com soluções práticas e simples dado que a transição entre cenas era muito rápida (Anexo XII).

Esta foi também a fase em que se fizeram todas as marcações cénicas que foram sofrendo algumas alterações até à data da mostra pública, de forma a adaptarem-se às condições físicas dos participantes e àquilo com que se sentiam à vontade para fazer. Foi, pois, uma fase em que o animador funcionou como encenador.

Foi igualmente a fase das últimas alterações ao nível de marcações cénicas e do próprio texto:

Estimulei muito a D. Teresa, pedi-lhe que cantasse, que projetasse bem a voz, que improvisasse para criar um momento mais alegre. Ficou definido que ela entra a cantar a “Água fria da Ribeira” e a dançar. Depois quando volta para buscar o sabão percebe que alguém lhe roubou a chave. Resmunga e improvisa situações sobre outros roubos como por exemplo, “as cuecas que foram parar ao sino da igreja”, etc. (...) (Nota de campo nº 21).

Dado que todos os participantes do Atelier de Teatro assumiam mais do que uma função no espetáculo: ou porque assumiam duas personagens ou porque assumiam uma personagem e uma função de apoio técnico, decidiu-se que no dia do espetáculo todos participariam na preparação do palco, dos camarins improvisados, da plateia, etc.. Assim, elaborámos uma lista de tarefas para realizar durante a tarde anterior à apresentação do espetáculo.

Foram feitos também convites para os seniores darem aos seus convidados e uma ficha técnica do “Pedaços de Nós...” destinada a entregar ao público presente, no dia da apresentação final (Anexo XIII).

7.4.Fase expansiva

Na fase final da oficina, os idosos apresentaram à comunidade em que se encontravam inseridos o resultado do trabalho realizado, o “Pedaços de Nós...”. A fase expansiva, segundo Ventosa Pérez (1990: 33)

corresponde ao momento de difundir os resultados do trabalho realizado para poder objetivar-se, provocando, assim, um efeito multiplicador de confrontações e intercâmbios que contribui para gerar novos processos comunicativos e organizativos no meio. Trata-se de apresentar o produto fruto de um progressivo itinerário de trabalho, não como ponto final deste, mas como elemento provocador de novas dinâmicas que desencadeiem outros processos de animação.

Ainda segundo este autor (Ventosa Pérez, 1990), é uma fase de intercâmbios, saídas, viagens. É uma fase de atividades complementares, incluindo o consumo cultural, visitas, atividades formativas e é uma fase de participação comunitária.

Se considerarmos a fase expansiva de acordo com a definição dada por Ventosa Pérez (1990) podemos afirmar que, no caso do nosso projeto, esta não foi exaustiva dado que se constituiu apenas do momento de apresentação do resultado final. Porém, apesar de termos percebido, numa fase posterior à apresentação do “Pedaços de Nós...”, que os seniores gostariam de o apresentar noutros

loais e a outras pessoas, que não apenas amigos e familiares, não nos foi possível fazê-lo por questões de tempo.

Neste sentido, a fase expansiva aqui apresentada coincide somente com o momento de apresentação, à comunidade, do resultado do trabalho produzido e, mais especificamente, aos familiares e amigos mais próximos.

8. AVALIAÇÃO DO PROJETO

Em qualquer projeto de intervenção torna-se necessário, após a sua implementação, fazer a sua avaliação. Tal como afirma Úcar (2000), com ela podemos olhar criticamente para as coisas, situações e processos; tomar consciência do que foi feito; dar sentido ao que realizámos; originar mudanças e orientar o desenvolvimento de ações futuras.

É assim um processo que, entre outros aspetos, permite refletir criticamente sobre a ação e ter em conta o ponto de vista e opiniões dos diferentes intervenientes no processo.

Num processo de AT, a tónica é posta mais no processo do que nos produtos ou resultados finais. Porém, há também quem defenda (Bento, 2003: 56) que, num processo de animação sócio-cultural a partir do teatro, “o objetivo (fim) primeiro do teatro é de que ele aconteça, se concretize, independentemente de poder ser também um meio”.

Na perspetiva de Úcar (2000) que afirma que, num processo de animação sócio-cultural em geral e num processo de animação teatral em particular, o produto ou resultado final pode converter-se num incentivo para o desenvolvimento do processo. E é nesse sentido, na perspetiva deste autor e com a qual concordamos que, na avaliação de projetos de animação teatral, quer o processo quer os produtos ou resultados finais devem ser tidos em conta.

A avaliação do processo foi sendo realizada continuamente e tendo por base as considerações de todos os intervenientes. No que diz respeito às atividades desenvolvidas nas sessões, ao longo do desenvolvimento do projeto, os seniores foram convidados a fazer uma avaliação aos diferentes exercícios, ao modo como se sentiram a realizá-los, às descobertas que fizeram. Por nossa vez, enquanto investigadores e dinamizadores do projeto e, baseando-nos nestes relatos e nas observações feitas em contexto, fomos levando a cabo um processo de reflexão sistemática sobre os diferentes exercícios, técnicas e metodologias utilizadas no sentido de reorientar a nossa ação. Este *feedback* constante foi muito importante para definir com maior clareza as questões da investigação, da intervenção e da orientação a seguir. Nesse sentido, foram-se abandonando algumas ideias e (re)

construindo outras, foram-se adaptando os exercícios às condições físicas dos seniores, etc.. Enfim, foram-se definindo e (re) definindo caminhos.

Assim, nesta fase de avaliação da intervenção tomámos dois indicadores distintos.

O primeiro indicador, de carácter mais sistemático e atento ao tempo longo do processo de intervenção, alimentou-se das impressões registadas nas notas de campo. Ao segundo indicador, vocacionado para os produtos, interessou a manifestação espontânea, o captar “a quente” as respostas e reações do público ao espetáculo, as manifestações imediatas dos próprios “atores”, as possíveis manifestações endossadas individualmente a cada um deles, as opiniões dos responsáveis da Instituição e dos próprios familiares e, quiçá, o *feedback* de pessoas externas, convidados afetos à Universidade, ligados ao campo da animação sócio-cultural e teatral, entre outros.

Faremos assim uma avaliação do projeto de acordo com as suas fases de implementação: a protocolar, a grupal, a criativa e a expansiva (Ver quadro-resumo diário de bordo Anexo XIV).

A fase protocolar constituiu, a nosso ver, um passo fulcral para o desenvolvimento do projeto. A disponibilidade dos técnicos envolvidos, especialmente da coordenadora do Projeto + *SaúdeArte*, foi essencial para criar uma sintonia entre os princípios deste e os do projeto de intervenção que implementámos.

Na fase grupal, começámos por fazer um diagnóstico dos interesses, necessidades e expectativas dos participantes, bem como a sua caracterização sócio-demográfica e sócio-cultural. No entanto, este diagnóstico não se circunscreveu a um determinado número de sessões. O grupo foi-se conhecendo e se dando a conhecer durante todo o projeto. Não obstante, a partir do primeiro diagnóstico pudemos lançar uma proposta inicial de planificação do Atelier de Teatro que, como constatado, se foi redefinindo ao longo do processo.

Assim percebemos, logo nas primeiras sessões, que apesar da vontade de querer “experimental” e “aprender”, inerente à maioria dos seniores, havia pois um sentimento de incapacidade, de falta de “jeito” para o trabalho a realizar:

- (...) *quando era pequena dizia uns poemas mas se calhar já não têm valor* (D. Helena).

- *Não tenho jeito para isto. Eu gosto de poemas e teatro e música mas não tenho jeito* (D. Glória).

(...)

O Sr. David disse no início que gosta é de dançar. Que se inscreveu no teatro apesar de não ter jeito. Só se fosse para a palhaçada. Que eu ainda ia mandá-lo embora. E que se eu visse que ele não tinha jeito para o mandar embora (Nota de campo nº1).

Para reduzir ou eliminar os bloqueios e inibições iniciais e fomentar a confiança entre os participantes, favorecendo a coesão grupal, propusemos aos seniores uma série de exercícios. Numa avaliação a estes exercícios, os participantes afirmaram que as suas principais dificuldades foram “não conseguir olhar nos olhos dos colegas”, ter “vontade de rir”, sentirem as “mãos a tremer”, sentirem-se “tensos” e “inibidos”, dificuldade a “tocarem-se/agarrarem-se e coordenarem-se enquanto grupo” (Notas de campo nº 1, 2 e 3).

No entanto, estes exercícios de aproximação e criação do grupo tiveram *feedbacks* positivos, que apontam para uma maior desinibição e para o seu caráter lúdico:

Nesta dinâmica (“encontro musical”) os seniores já estavam mais desinibidos e no primeiro momento bateram palmas ao som da música e dançaram (Nota de Campo nº 1).

O Sr. Casimiro e o Sr. José denotaram desinibição, divertimento e estimularam o colega (Sr. David) a participar, dizendo-lhe para não ter vergonha que “estávamos todos no mesmo barco” (Nota campo nº3).

Tal como aponta a investigação (São Pedro Lopes, 2006: 122), este tipo de exercícios exploratórios levam “a um progressivo desbloqueamento do indivíduo e do grupo, assim como ao desenvolvimento de competências específicas necessárias à improvisação dramática/jogo dramático”.

À medida que aumentou a coesão do grupo, aumentou também o à-vontade e necessidade de partilhar experiências e vivências. Por sua vez, a evocação e partilha das memórias contribuiu para reforçar o sentido de união no grupo.

Para o trabalho de evocação de memórias convocámos indutores tais como objetos pessoais significativos. Constatámos que, através deles, os seniores evocaram recordações associadas a pessoas que lhes foram muito próximas e que, na maioria dos casos, já não fazem parte da sua vida. Assim, considerámos, tal como afirma Ferreira (2006: 218) que

(...) os objetos funcionam como emblemas, elementos distintivos que atuam no reconhecimento social e que, por vezes, aparecem envolvidos numa trama simbólica em que valores sentimentais, como aqueles ligados a uma figura familiar a quem originalmente pertenceu o objeto, mesclam-se com valores sociais, que os classificam como indicadores de distinção e refinamento. Atravessando gerações e cruzando temporalidades, os objetos da memória vão adquirindo outros sentidos na sucessão temporal, mantendo, no entanto, a referência constante à sua origem.

Como podemos constatar, através da avaliação realizada pelos seniores a alguns exercícios, este tipo de indutor (objeto) permitiu a evocação de memórias mais e menos positivas:

- *Lembrei-me muito da minha mãe. E estava numa boa...* (risos) (Sr. Casimiro).

- *Lembrei-me dela* (referindo-se à madrinha) *sempre bonita. Sempre bem-disposta* (D. Glória).
- (...)
- *Realmente se a gente vai ao “baú”...é impressionante* (Sr. David).
- *Mas não faz mal* (D. Glória).
- *Eu evitei ir ao “baú”* (risos) (Sr. David).
- *Mas só faz bem* (D. Glória).
- *Mas não foi ao baú?* (Animadora).
- *Não...* (Sr. David).
- (...) *Vivi muito pouco com os meus pais. Saí da beira dos meus pais com 6 anos. Sinto a falta deles, do que não vivi com eles.* (...) (D. Teresa).
- *Conseguí lembrar-me da minha irmã que era toda vaidosa. As últimas palavras que me disse foram...* (...) (Sr. José).
- *Chora-se mas é um chorar de alívio* (D. Glória) (Nota de campo nº 4).

Através de outro tipo de indutores (provérbios, textos populares) os seniores evocaram também, em algumas improvisações, situações de opressão em contexto laboral, nomeadamente, salários em falta ou em atraso, algo que quase todos já vivenciaram, como fomos percebendo ao longo do projeto:

- *Eu tenho experiência nisso* (D. Teresa referindo-se ao facto do patrão não pagar).
- *Eu tive um patrão que me fazia aquilo dos 5 min.* (referindo-se ao facto do “patrão” não deixar os funcionários estarem na casa de banho mais de 5 min.) (Nota de campo nº8).

De uma perspetiva mais positiva, denotou-se a evocação de recordações de vivências ligadas à infância, contando onde, quando e como aprenderam algumas histórias e poemas:

No grupo 1 os seniores leram o poema “Barca Bela” e contam que o aprenderam na escola e que também cantavam uma música com esta letra.

- *E costumavam cantar?* (Animadora).
- *Sim. Ao Sábado. Porque antigamente havia escola ao sábado* (D. Glória).
- *Também cantávamos o Hino de Portugal* (D. Teresa).
- *Quem sabia muitas canções era a D. Helena* (Sr. Casimiro).
- *Eu lembro-me bem de cantar isto* (D. Glória).

No grupo 2, o Sr. David contou a história que o grupo seleccionou “O menino, o velho e o burro”. (...)

- *De onde conhecem esta história?* (Animadora).
- *O meu pai contava* (D. Teresa).
- *Eu, é de algum livro* (Sr. David).

- Eu conheci o ano passado quando andava a fazer as “novas oportunidades”. Lembro-me de ter lido isso num livro qualquer que andava por lá num caixote (D. Glória) (Nota de campo nº6).

Nesta fase de aproximação à linguagem teatral constatámos que os exercícios mais apreciados pelos seniores foram os de relaxamento. Era comum, depois da realização deste tipo de exercícios, os seniores expressarem sensações de “calma”, “bem-estar”, “liberdade” e “tranquilidade”.

Os exercícios menos apreciados pelos participantes foram os de articulação, dicção e voz mais concretamente os de controlo respiratório e projeção de voz:

(...) A D. Teresa e o Sr. José dizem que o professor de música já lhes ensinou, mas não conseguem fazer. Peço-lhes para colocarem a mão sobre o abdómen. Para ajudar à compreensão uso o exemplo do balão: “Vamos imaginar que somos um balão. Ao inspirarmos o ar, o balão enche (mostro-lhes o meu abdómen cheio de ar). E de seguida, quando expiramos, o balão esvazia” (mostro-lhes o abdómen sem ar). O Sr. David faz o exercício sem dificuldade. A D. Glória diz que é impossível porque o ar vai para os pulmões (...) eu explico que é preciso trabalhar. E que há pessoas que fazem com mais e outras com menos dificuldade.

A D. Teresa, o Sr. José e o Sr. Casimiro quase conseguem (Nota de campo nº 6).

No exercício “Furar a parede com a voz”(…) a D. Glória, por exemplo, tossia sempre e dizia que ficava tonta.

A voz da D. Helena nem se ouvia. O Sr. Roberto gritava.

Fui trabalhando individualmente com cada um dos elementos no sentido de os levar a perceber que o objetivo não era gritar mas sim projetar a voz (...) (Nota de campo nº 10).

Os exercícios rítmicos foram também sentidos com alguma dificuldade pelos seniores quer em termos de coordenação enquanto grupo: “há alguma dificuldade da parte do grupo de executar o ritmo de uma forma coordenada” (Nota de campo nº 10), quer devido às limitações físicas de alguns participantes. Assim, tal como noutros exercícios, foi necessário uma adaptação *in loco* dos mesmos:

O exercício seguinte (ritmos com sapato: “Lá vai uma, lá vão duas”) foi mais difícil de realizar pelos seniores e teve de ser adaptado naquele momento. Primeiro, sugeri retirar um sapato. Cada um ficava apenas com um sapato à sua frente (...) Por outro lado, o próprio ritmo a ser executado foi alterado: pedi que cada um pegasse no seu sapato e batesse o ritmo no meio das suas pernas (ao invés de ir passando os sapatos para o lado direito). Apenas a parte relativa ao refrão é que se manteve (Nota de campo nº 10).

Segundo Venâncio (2010) com pessoas idosas é necessário fazer uma adaptação constante dos exercícios não porque estas não tenham capacidades, mas porque naturalmente, num processo de envelhecimento, as suas condições físicas se alteram.

Também nalguns exercícios de expressão corporal, mais concretamente em exercícios de mímica, os participantes denotaram alguma dificuldade:

Durante o exercício (“Mímica de provérbios”), os seniores denotaram algumas dificuldades. Algumas vezes, saí do grupo para poder dar orientações à pessoa que estivesse a mimar, sugerindo outras possibilidades: mimar outra palavra, mimar quantas palavras tem o provérbio, mimar uma palavra de cada vez; mimar o contexto para que remete o provérbio etc..

No caso da D. Helena, ela disse que não faria sozinha, que não conseguia. Eu perguntei-lhe se queria que eu fizesse com ela. Ela disse que sim. E imitou todas as minhas ações (Nota de campo nº6).

Transmitir uma mensagem com o corpo, sem o recurso à palavra, foi uma novidade para os seniores e um verdadeiro desafio. Era pois uma nova linguagem que desconheciam e que obrigava a uma exposição com que ainda não se sentiam à vontade. No entanto, depois de lhes termos dado diversas orientações e de termos realizado, em conjunto com eles, alguns exercícios, denotou-se uma maior desinibição. Por outro lado, inevitavelmente, o esforço por mostrar corporalmente uma mensagem convocava expressões faciais e posições corporais que levavam ao riso. Por isso, muitos destes exercícios foram considerados “divertidos” pelos seniores.

Nas primeiras improvisações e dramatizações os seniores manifestaram alguma inibição e falta de segurança:

- *Não me senti muito à vontade* (Sr. José) (Nota de campo nº 5).

- (...) *Mas tenho medo de não corresponder às suas expectativas. De não ser um bom ator* (Sr. David) (Nota de campo nº 6).

- *Está-me a custar um bocado a improvisar* (D. Celeste).

- *Improvisar foi o que me custou mais. Não posso dizer que foi o que menos gostei. Foi o mais difícil.* Sr. Roberto (Nota de campo nº9).

Contudo, progressivamente, sentiram-se mais desinibidos referindo a importância do carácter lúdico destes exercícios para a sua satisfação pessoal:

- *Fez-me rir. Fiquei satisfeito...* (Sr. José).

- *Depois quando fizemos de bêbados ri-me muito. Gostei muito. (...)* (Sr. Casimiro) (Nota de campo nº 5).

- *Eu gostei de tudo. Gostei de me rir* (D. Glória).

- *Isto vai prometer. Senti mais confiança. Estive mais livre* (Sr. David) (Nota de campo nº 6).

Nas várias propostas de improvisação, os seniores envolveram-se em processos de debate, negociação e reflexão.

Destaca-se o trabalho ao nível das improvisações baseadas no provérbio “Quem com ferros mata com ferros morre”, que se prolongaram no tempo mais do que qualquer outra. Apesar das dificuldades que foram sentindo a improvisar, o trabalho a esse nível foi também muito motivante:

Depois de decidirem o que vão fazer sugiro que coloquem alguns adereços para ajudar a criar a personagem. Este foi um momento de grande confusão e ao mesmo tempo de divertimento. Enquanto selecionam os seus adereços, conversam e resumem o que vão fazer (Nota de campo nº 8).

Houve pois um assumir de posições muito próximas de situações que já vivenciaram. Assim, prolongámos este trabalho, dado o interesse e motivação com que os seniores debatiam e refletiam, propondo novas ideias, investindo em novas soluções para chegar à “moral da história”.

Como referimos, nesta fase, envolvemos também os seniores na construção de um “baú das improvisações”. Inicialmente houve alguma dificuldade destes em compreenderem o objetivo deste trabalho:

(...) O Sr. David diz que ainda não trouxe nada porque não sabe o que eu quero.

C.O.: Estou a sentir uma dificuldade muito grande com esta questão do baú (...). Os seniores dizem que não sabem o que trazer porque não sabem o que eu quero. Eu explico que podem trazer roupas, cachecóis, meias, sapatos, chapéus, gravatas, luvas, ou outras coisas do género que já não usem (Nota de Campo nº 6)

Entretanto, considerámos que uma estratégia para colmatar esta dificuldade, poderia ser a de levar, nas sessões seguinte, alguns materiais para o baú, como exemplo dos materiais que lhes pedíamos. Assim,

C.O.: Mostrei-lhes os adereços que tinha levado: 2 malas, um lenço, gorros, chapéus, relógios de pulso, uma agenda, 2 carteiras, despertador. E coloquei-os no nosso baú. Nesta altura, o Sr. David perguntou se os relógios e agendas e esse tipo de coisas também serviam (Nota de campo nº 8)

De facto, a partir do momento em que levámos uma série de materiais e colocámos no “baú”, os seniores começaram a compreender o que se pretendia e envolveram-se ativamente neste processo:

(...) chegou o Sr. António que disse que trazia as calças que eu pedi. Eu explico que não pedi umas calças especificamente. Pedi peças de roupa e outras coisas que não precisem ... que já estivessem velhas (...). A

D. Glória diz que já trouxe as luvas e que vai trazer mais coisas. Volto a explicar que o objetivo é trazer roupas velhas e outros adereços para fazermos um baú (...) (Nota de Campo nº 6).

A D. Helena disse-me que tinha trazido lenços e malas para as improvisações. (...) (Nota de Campo nº 11).

Na fase criativa, como já referimos, adotámos como metodologia para este “ir fazendo”, “ir construindo”, ciclos de improvisação/debate/reflexão/escrita.

A partir do material selecionado pelos participantes fizemos uma série de improvisações que, tal como afirma Venâncio (2008: 296), “foram aos poucos, garantindo teatralidade para a história a ser contada”.

De seguida, os seniores envolveram-se em processos de debate e negociação sobre as improvisações para, posteriormente, partirem para um primeiro esboço das cenas. Tal como nos trabalhos sobre o “teatro de memória”, “os textos foram concebidos rigorosamente no processo de criação coletiva, com soluções cénicas surgidas das improvisações. A liberdade de apropriação do discurso sobre si mesmo e sobre o mundo, presentes nas improvisações, reconhecia aos participantes o direito de usar as palavras e o próprio corpo na forma que lhes convinha” (Venâncio, 2006a: 3). Durante este processo fomos descobrindo, na ação, o que fazia ou não sentido para todos e para cada um.

A partir das memórias e vivências contadas e recontadas, das improvisações baseadas em provérbios e histórias conhecidas dos participantes, construímos, em conjunto, tal como afirma Soares (2010: 4) cenas dotadas de “sentido e teatralidade”.

O processo de improvisação, debate e reescrita repetiu-se até chegarmos ao guião final do “Pedaços de Nós...”

As memórias que serviram de base ao processo de criação, ao serem transformadas em textos, ganharam outros sentidos, outras emoções. Tal como afirma Venâncio (2008: 297) neste momento de criação, “a noção de autoria perde-se, as lembranças sem dono são de todos e de ninguém. (...) De individuais, as memórias passam a pertencer ao grupo”.

Considerámos que o processo de criação do “Pedaços de Nós...” permitiu ao grupo e a cada dos participantes, entre outros aspetos, desenvolver o espírito crítico, através do debate, da reflexão, do confronto de opiniões e da procura de estratégias de resolução dos problemas com que se foram confrontando.

Porém, foi também um período de algumas dificuldades, bloqueios e frustrações.

Começámos por referir a dificuldade dos seniores em compreenderem que, num processo de criação, o guião, mais ou menos definido, se vai alterando:

O Sr. José disse que andávamos sempre a mudar e que assim era complicado. Eu expliquei-lhes que isto era um processo que se ia construindo. Nada estava totalmente definido. As coisas podiam ir mudando até ao fim, porque ao experimentarmos, na ação, por vezes, percebíamos que havia coisas que não resultavam e íamos mudando. Pedi-lhes que não se sentissem pressionados, não eram atores profissionais. Eles manifestaram preocupação por minha causa, porque queriam fazer boa figura, não me queriam deixar ficar mal. E o Sr. José no fim disse: “faça como for melhor para si” (Nota de campo nº 18).

O “teatro” que a maioria dos seniores conhecia era o teatro em que os atores decoram um texto de autor e recebem as marcações cénicas de um encenador. Levar os seniores a compreenderem que, na ação, íamos percebendo o que resultava e o que não resultava e que eles eram protagonistas deste processo, que tinham “voz” ativa, que eram “atores”, “encenadores”, “cenógrafos”, etc. foi um grande desafio.

No “ir fazendo” deste processo, outra das dificuldades manifestadas por alguns participantes, foi a construção das suas personagens, como podemos constatar através da seguinte observação:

A D. Glória continua a ter muitas dificuldades na cena da brincadeira. Não se sente à vontade e diz que não tem jeito. É importante dar-lhe um adereço para que ela “tenha o que fazer” em cima do palco (Nota de campo nº 18).

Destaca-se também a preocupação dos seniores em decorar e seguir o guião. Sugerimos que improvisassem, tendo em conta o guião construído em conjunto:

Antes de darmos início ao ensaio, disse-lhes que se eles não decorassem o texto, eu sugeria que fizessem de improviso, seguindo a linha que está no texto e que mais não foi do que baseada nos seus trabalhos (Nota de campo nº 16).

Porém, a dificuldade de improvisar, tendo em conta o guião, tornou-se evidente:

Na dramatização da Fábrica, há alguma dificuldade em seguir o texto: os seniores perdem-se constantemente. Sugeri-lhes que improvisassem. Eles disseram que não podiam estar sem texto porque não sabiam de cor. Eu expliquei-lhes que o que eu queria dizer era que fizessem mesmo sem texto, de forma a que dissessem o que lá estava mas por outras palavras. Eles tiveram alguma dificuldade e acabaram por fazer com os textos (Nota de campo nº 18).

A insegurança, o medo de falhar, levou os seniores à tentativa de resolução do problema de várias formas. Assim sugeriram, por exemplo, a introdução de um “ponto”:

- *Mas é melhor estar alguém a seguir o texto lá atrás* (D. Laura).
- *Sim, pode estar. Mas receio que, sendo um espetáculo de improviso, um “ponto” ainda confunda mais as pessoas. Porque se não há um texto decorado, o ponto vai dizer o quê? “Olha aqui tens de dizer isto e aquilo”... Não sei se é viável...* (Animadora).
- *Uma palavra já ajuda...* (D. Laura).
- *Sim se disser uma palavra ou outra já nos ajuda a lembrar o que se diz naquela altura* (D. Teresa).
- *É. Uma palavra...Sim. (...)* (Sr. Casimiro) (Nota de campo nº 16).

E utilizaram estratégias aprendidas durante o Atelier de Teatro para tentarem decorar os textos:

C.O.: Todos disseram que estudaram o texto e traziam as suas deixas sublinhadas e os seus textos com os seus nomes, como eu tinha sugerido (Nota de campo nº 16).

Porém, apesar de termos sugerido que, ao invés de decorarem os textos, improvisassem, a maior parte dos seniores assumiram o compromisso, perante si próprios, de os decorarem. O que nos levou a um outro problema, sentido concretamente por dois participantes que contracenavam no “Pedaços de Nós...” Por um lado, um preferia improvisar: “O Sr. Roberto diz que lhe faz confusão seguir o monólogo pelo texto, perde-se e não consegue ser expressivo. E disse que preferia improvisar nessa parte” (Nota de campo nº 18), por outro lado, o outro, já tendo decorado todo o texto, tinha dificuldade a improvisar:

O Sr. Casimiro, pelo contrário, já decorou o texto quase todo e disse que se os colegas não disseram as deixas todas direitas ele não consegue dizer o texto dele. Eu disse-lhes que nessa altura os colegas que estão em cena com o colega que se esquece devem ajudá-lo, improvisando para que consigam voltar ao texto. Ele disse que isso era impossível. Se os colegas não dissessem tudo direitinho como ele tinha decorado, não conseguia dizer o texto dele (Nota de campo nº 18).

A dificuldade manifesta em não conseguir decorar o texto foi tendo as suas conquistas:

(...) Antes de começar a dizer o seu texto, sendo que eu é que contracenaria com ele, perguntou se podia então improvisar. Eu disse-lhe que sim, mas com uma condição: dizer sempre tal e qual como estava a última frase (a anterior ao colega responder) para dar a deixa certa a quem contracenar com ele.

Posto isto, apercebi-me (e talvez também ele) que ele sabia o texto quase todo de cor. No monólogo, quando se perdia na linha do texto, improvisava sem perder o fio condutor e a mensagem. No fim, os colegas bateram-lhe palmas e demos-lhes os parabéns.

Por outro lado, estava muito mais expressivo, articulava bem as palavras, projetava melhor a voz, dizia o texto com mais energia (Nota de campo nº 19).

À medida que nos aproximávamos da apresentação do “Pedaços de Nós...” fomos sentindo que um sentimento de desânimo, de incapacidade invadia o grupo:

O Sr. José e a D. Helena referiram várias vezes que “isto está muito verde” (Nota de campo nº 19).

A D. Helena estava em palco a dizer que “não” é assim que se faz a dança das “Jardineiras Floreiras”, visivelmente com uma expressão de chateada (...) (Nota de campo nº 24).

O Sr. Roberto ao contracenar com o Sr. Casimiro bloqueia (...).

A D. Glória diz que continua com dificuldade a fazer de “menina”. Diz que não sabe como há de brincar (...) (Nota de campo nº 25).

Uma das estratégias encontradas pelos seniores para que se sentissem mais preparados para apresentarem o “Pedaços de Nós...” foi a realização de sessões extra, nomeadamente, à noite. Propusemos assim à Instituição X a realização de duas sessões ao fim da tarde.

Durante esta fase, os seniores envolveram-se também no processo de elaboração do guarda-roupa e na resolução de problemas inerentes ao mesmo:

A D. Helena disse que já tinha a saia vermelha; a D. Celeste disse que ia arranjar um leque para se abanar na cena da minissaia (Nota de campo nº 15).

(...) Logo de seguida, mostrou-me (a D. Helena) uma sacola feita de saco de batata a imitar a serapilheira. Disse que não tinha serapilheira. Por isso, tinha arranjado aquela invenção. Também trouxe uns socos para fazer a personagem da menina. Disse que eram os que ela usa para fazer as limpezas lá em casa (Nota de campo nº 20).

No início da sessão estivemos todos a ver as roupas que alguns trouxeram: a D. Helena trouxe uma bata que já foi sua quando foi operadora de eletricidade.

A D. Teresa também trouxe umas batas iguais à da D. Helena, que eram do filho. E trouxe mais algumas que eram de apertar atrás. Pedi ao Sr. José e à D. Celeste que experimentassem as que a D. Teresa trouxe, já que eram iguais à da D. Helena. Sugerimos falar com a D. Glória para se arranjar uma maneira de se colocar “Meireles” onde tem o nome das empresas.

Houve algum debate sobre como tapar aquelas letras: o Sr. José dizia para pôr autocolante; a D. Helena dizia que levava a uma costureira; eu perguntei se dava muito trabalho bordar e a D. Glória coser. Conclusão: eu fiquei de conversar com a D. Glória quando ela chegasse de férias para vermos a melhor solução, sendo que a D. Celeste e a D. Teresa se disponibilizaram para bordar se fosse necessário.

A D. Teresa mostrou-me uma blusa branca e uma saia.

- *Não sei se quer uma blusa melhor? Tenho lá mais* (D. Teresa).

- *Não. Esta está ótima* (Animadora).

Sugeri que essa blusa e aquela saia ficassem para a personagem vizinha e a personagem “Mulher” tivesse outra saia. Fiquei também de falar com a D. Glória para trazer saias e blusas (Nota de campo nº 21).

Envolveram-se também na definição do título do espetáculo, no escreverem e reescreverem textos, no trazerem fotografias para a projeção multimédia que iniciaria o “Pedaços de Nós...”:

A D. Laura responsabilizou-se por selecionar poemas/frases que funcionassem como separadores de memória entre as diferentes histórias. Sugere que o poema “Menino Grande” de Sebastião da Gama seja dito por todos para finalizar o espetáculo.

Título da cena da Fábrica fica em aberto para cada um pensar em casa (Nota de campo nº 15).

Enquanto estávamos a conversar chegou o Sr. Roberto que trazia na mão 2 fotocópias de uma fotografia sua de quando era mais novo. Explicou que tinha, mais ou menos, 18 anos (Nota de campo nº 18).

(...) Logo de seguida, chegaram a D. Celeste e a D. Teresa com uma série de fotografias. Estivemos a vê-las à medida que estas iam explicando as idades e alguns dos momentos correspondentes. Pedi-lhes que seleccionassem 2 ou 3 e mas entregassem para digitalizar (Nota de campo nº 20).

O Sr. José disse que trazia várias fotografias. (...) Entretanto pedi-lhe que seleccionasse duas ou 3 para me dar (Nota de campo 21).

Depois de todo este processo chegamos à fase expansiva, o momento de apresentar à comunidade em que os seniores se encontravam inseridos, o resultado do trabalho desenvolvido no Atelier de Teatro, o “Pedaços de Nós...”

Assim, na tarde do dia de apresentação do espetáculo, todos participaram na realização das tarefas previamente definidas:

A D. Glória juntou as roupas e adereços de todos e organizou o guarda-roupa numa sala contígua ao auditório. (...)

Entretanto, o Sr. Roberto e a D. Celeste foram ajudar a colocar cadeiras no auditório; a D. Laura verificou todos os adereços da mala. E entretanto, ficou a estudar o texto; o Sr. José, o Sr. Casimiro, a D. Teresa e eu montamos a tela (...) (Nota de campo 26).

De seguida, fizemos um último ensaio no qual o nervosismo e o peso da responsabilidade foram bem visíveis. Depois do ensaio, jantámos juntos. Aproveitámos o momento do jantar para os descontraír, particularmente os dois que se sentiam bloqueados a contracenar. Considerámos que este momento foi essencial para que os seniores se sentissem mais seguros, mais confiantes e um pouco menos receosos. Apesar do peso da responsabilidade que sentiam, o essencial era que se divertissem, que se sentissem vivos, que vivessem aquele momento como um momento de alegria, felicidade e

bem-estar. Tal como afirma Venâncio (2008: 298) o importante nesta fase final, “é a possibilidade de partilhar o longo trabalho de criação dos espetáculos”.

Antes da apresentação do trabalho teatral realizado no Atelier de Teatro, os seniores fizeram um aquecimento vocal com o professor do Atelier de Música que, a nosso ver, contribuiu para que ficassem mais relaxados. Assim, depois do aquecimento e de muita azáfama nos camarins improvisados chegámos ao momento de apresentação.

Apesar de não termos estado sentados com o público, dada a necessidade de orientar os seniores nos bastidores, fomos ouvindo e sentindo as suas reações. Assim, nos momentos mais tristes, mais melancólicos e nostálgicos do “Pedaços de Nós...” sentia-se um silêncio quase esmagador na plateia. Nos momentos mais alegres, mais divertidos e cómicos, as gargalhadas estridentes ecoavam por todo o auditório e as palmas bem audíveis foram sentidas em todas as mudanças de cena. Quanto às impressões que os seniores foram manifestando durante o espetáculo, salienta-se o seguinte excerto de nota de campo:

(...) Apesar do nervosismo inicial, à medida que foram sentindo a reação do público, ora comovido com as recordações e memórias retiradas da mala, ora divertido com cenas de sardões, traições e greves, os seniores foram ganhando uma motivação cada vez maior, uma satisfação enorme. Em cada entrada e saída de cena, nos “camarins” os seniores riam, saltavam, diziam o texto dos colegas, abraçavam-me e abraçavam-se, pegavam ao colo, davam-me beijos e diziam que o público estava a gostar (Nota de campo nº 26).

Considerámos que a introdução de um “narrador” que transportava a mala das lembranças, de onde se “retiravam” as várias histórias a serem contadas pelos nossos criadores e atores, permitiu como afirma Venâncio (2008) que se destruísse a “quarta parede”, se construísse a história, organizando as cenas e se criassem momentos de reflexão sobre a mesma.

Depois da apresentação, os familiares, amigos e vizinhos dos participantes apresentaram *feedbacks* muito positivos, referindo que “tinham adorado”, que “estava muito bonito”. Algumas pessoas referiram que se lembravam das “Jardineiras Floreiras” e que era assim (como nós retratamos no “Pedaços de Nós...”) que trocavam cartas quando eram mais novos, frisando o interesse do trabalho ao nível das memórias.

Os elementos que representavam a Direção da Instituição X congratularam-nos pelo espetáculo e agradeceram o trabalho que realizámos, referindo a necessidade de se dar continuidade a trabalhos desta natureza com as pessoas idosas.

Referimos ainda que alguns elementos presentes afetos à Universidade do Minho, também nos felicitaram pela apresentação do resultado final do Atelier de Teatro, frisando o interesse das soluções cénicas encontradas.

Em termos gerais, podemos afirmar que as reações da comunidade em que os seniores se encontravam inseridos foram muito positivas, salientando-se o incentivo a que expandíssemos o trabalho a outras comunidades e a que se desse continuidade ao trabalho teatral. O “Pedaços de Nós...” era apenas um começo...

Referimos a este propósito que, mais tarde, a Instituição X nos convidou para expandirmos o trabalho teatral realizado a outras comunidades, nomeadamente à Instituição Y, em Vieira do Minho. Porém, não nos foi possível devido à incompatibilidade dos horários da investigadora/animadora teatral com os da instituição que estava disponível para nos acolher.

Depois desta azáfama de pessoas a congratularem-nos e felicitarem-nos pelo trabalho realizado foi possível recolher as impressões dos seniores sobre o que sentiram durante a apresentação:

- *Eu senti muita sede* (D. Teresa).

(risos)

- *Eu adorei. Senti-me mesmo bem* (D. Helena).

- *Eu acho que correu muito bem. Para aquilo que sabíamos. Acho que as pessoas gostaram* (D. Celeste).

- *Andamos a patinar ali um bocado mas lá fomos andando* (Sr. Casimiro).

- *Eu gostei* (D. Glória).

- *Eu acho que correu bem* (Sr. José).

- *Correu bem* (D. Laura).

O Sr. Roberto e a D. Celeste já se tinham ido embora.

C.O.: Eu senti uma grande alegria (...) A caminhada que fiz até aqui com os seniores foi muito importante para mim, enquanto pessoa e profissional. Percebi que é extremamente interessante trabalhar com pessoas desta idade. Aprendemos, ensinamos, rimos, choramos... vivemos! (Nota de campo nº 26).

Apesar das dificuldades inerentes a qualquer processo em que as emoções, sentimentos e estados de espírito estão à flor da pele e que se agudizam quando os participantes sentem o peso da responsabilidade de apresentar o resultado final de um longo processo, constatámos que esta foi uma experiência positiva:

– *Isto também tem uma variedade de coisas tão grande...umas mais para rir. Outras encaixamos melhor, outras pior. Mas eu gostei muito* (Sr. Roberto) (Nota de campo nº 10).

- *Eu ando em muitas coisas mas fiquei cativado com o Teatro* (Sr. David) (Nota de campo nº 11).

A nosso ver, todo o processo desenvolvido no Atelier de Teatro contribuiu para reforçar a participação ativa dos seniores: participando na avaliação das sessões, na elaboração do guarda-roupa, trazendo e produzindo textos a partir das suas improvisações, construindo as suas personagens. Tal como afirmam Sales, Oliveira e Lemos (2004: 2) este trabalho resulta na apresentação de um produto que é fruto “ de um trabalho coletivo que foi gradativamente sendo construído nas reuniões de planeamento, nos encontros, nas oficinas, nos ensaios, onde cada participante tem um espaço aberto para expor as suas ideias (...)”

Referimos ainda como um ponto positivo da avaliação do nosso projeto, a adesão institucional à animação teatral. Temos conhecimento que, após a implementação do nosso projeto, a Instituição X concorreu a um projeto financiado no qual contemplou a realização de um Atelier de Teatro.

Síntese

Numa avaliação aos exercícios realizados no Atelier de Teatro percebemos que os mais apreciados foram os exercícios de relaxamento e os menos apreciados foram os de articulação, dicção e projeção de voz. Em alguns exercícios foi necessária uma adaptação às condições físicas dos participantes, nomeadamente, nos exercícios rítmicos.

Através de diversos exercícios e indutores (objetos, músicas, textos) provocámos, na fase grupal, a evocação e partilha de memórias. Como constatado, estas memórias foram, em alguns casos, associadas a felicidade e alegria, noutros a dor e sofrimento. A partir destas, os participantes convocaram, entre outras, situações de opressão em contexto laboral. Ao longo do projeto, foram investindo em soluções para resolver a situação, para ultrapassar o problema.

Os exercícios e indutores que utilizámos provocaram ainda o relato de memórias e recordações associadas à infância, muito ligadas às tradições das canções e ditos populares.

Na fase criativa, a partir dos trabalhos selecionados pelos participantes, adotámos ciclos de improvisação/debate/reflexão/escrita. As memórias, contadas e recontadas por todos e por cada um foram, progressivamente, ganhando teatralidade. O guião foi-se construindo coletivamente a partir do que se ia descobrindo na ação.

Na fase criativa, apresentámos à comunidade o resultado final deste processo: o “Pedaços de Nós...” que obteve um *feedback* muito positivo.

O processo, como vimos, foi constituído por avanços e recuos. Os seniores viram-se confrontados com uma série de dificuldades. Ao longo do projeto foram descobrindo, em grupo, estratégias de resolução destes. Aos poucos foram se sentindo mais desinibidos, mais capazes, mais valorizados avaliando como positiva, a experiência proporcionada a partir das várias ferramentas e técnicas teatrais.

CAPÍTULO V.

APRESENTAÇÃO, ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Introdução

Da análise da literatura ficou clara a importância de projetos de animação sócio-cultural e, mais concretamente, de animação teatral para as pessoas idosas bem como um possível contributo para o seu processo de envelhecimento ativo.

Com este projeto de intervenção tivemos, pois, como meta fundamental compreender o possível contributo da animação teatral para o processo de envelhecimento ativo do grupo de 9 seniores que nele participaram.

Assim, após a recolha do material documental através dos diferentes instrumentos de recolha de dados (inquérito por questionário, notas de campo, entrevista semiestruturada de grupo e observação participante) procedemos à codificação dos dados, definindo as unidades de registo e as unidades de contexto (ver grelha de análise da entrevista semiestruturada de grupo no Anexo XV). Depois desta fase, categorizámos o material à luz do quadro teórico apresentado e de acordo com os objetivos que nos propusemos atingir. Desta forma, os dados foram agrupados nas seguintes categorias:

- Participação ativa;
- Implicações do Atelier de Teatro na vida dos participantes;
- Bem-estar físico, mental e psicológico;
- Socialização positiva e crítica;
- Memórias: transmissão de um sentir individual e coletivo e da herança cultural;
- Melhoria da comunicação e expressão;
- Aquisição de novos conhecimentos e aprendizagens;
- Estratégias de resolução das dificuldades encontradas;
- Perspetivas futuras e sugestões.

Apresentaremos e discutiremos, neste capítulo, os resultados obtidos em cada uma das categorias e sub-categorias.

1. PARTICIPAÇÃO ATIVA

A análise e triangulação dos dados evidenciam a participação ativa dos idosos no Atelier de Teatro. Esta participação manifestou-se através da frequência, mais ou menos assídua, nas sessões, principalmente, na fase final do projeto com a necessidade de aperfeiçoar a apresentação do seu resultado final. Consideramos, igualmente, que o debate e reflexão constantes, em todas as fases do

projeto, que envolveu cada um dos participantes e todo o grupo na procura de ideias, no investir em soluções para as dificuldades encontradas, foram uma manifestação da participação ativa dos seniores.

Referimos ainda a participação ativa em todas as tarefas que foram sendo propostas nas diferentes fases do processo, recolhendo e partilhando textos, objetos, fotografias, adereços, roupas, etc..

Esta participação manifestou-se também através da evocação e partilha de memórias que, de individuais, passaram a coletivas. E mais tarde, quando transformadas em cenas de várias vidas e apresentadas em público, contribuíram para reforçar a identidade destas pessoas, o seu capital cultural e a sua participação como cidadãos de pleno direito.

2. IMPLICAÇÕES DO ATELIER DE TEATRO NA VIDA DOS PARTICIPANTES

A análise dos dados recolhidos durante a investigação revela que a participação no Atelier de Teatro acarretou, na vida dos seniores, uma série de implicações. Constatamos que estes introduziram, no seu quotidiano, novas formas de organização do tempo. Neste sentido, os participantes, referiram a necessidade de organizarem, de forma mais eficaz, as suas rotinas para puderem frequentar este projeto:

- (...) *Eu costumo ir da parte da manhã à cabeleireira e para eu estar aqui às 09.30/10.00 ou tinha que ela me meter à frente de toda gente. Mas ela não podia. (...) E depois deixei de ir de manhã e comecei a ir à tarde, ao fim daqui* (D. Helena).
- (...) *Sim. Alterou um bocado porque eu costumava ter um Sábado sossegadinho de manhã (risos), a tomar o meu pequeno-almoço mais o cãozinho. E tinha de me acelerar porque não sei se reparou que eu gosto de chegar a horas* (Sr. José).
- *Ai levantar-me cedo, sobretudo no inverno. Porque não me apetecia nada levantar* (D. Laura).

No caso concreto da maioria dos participantes do sexo feminino, salienta-se a necessidade de organizarem previamente o trabalho doméstico, para que essa frequência fosse possível:

- *A mim alterou basicamente a vida da casa, ou seja, deixava o almoço pronto no dia anterior (...) Até nem era o dia em que me dava mais jeito, porque Sábado é o dia em que as mulheres limpam. Mas pronto deixa-se ficar e depois faz-se* (Teresa).
- (...) *eu tenho um marido que trabalha. E então eu para vir para aqui já me organizava à Sexta-feira à noite. (...) E então (...), deixava já o almoço praticamente pronto. Então era chegar a casa era só esquentar ou assim ou então era só fazer uma salada...Já estava feito (...)* (D. Celeste).

- (...) *A única diferença é que o trabalho que eu fazia em casa de manhã comecei a fazer à noite. Eu às vezes arrumava a casa até há uma da manhã. E às vezes pensava assim: "Anda Glória trabalha porque já te divertiste de manhã"* (Risos) (D. Glória).

Referimos ainda que dois participantes abdicaram da realização de outras atividades quer para participar no Atelier de Teatro, quer para estudarem o texto:

- *Abdiquei das minhas atividades ao Sábado de manhã por causa disso (...) embora essa mudança não era todos os Sábados, era quinzenal, mês a mês (...)* (Sr. Roberto).

- (...) *ia para a minha Oficina, pegava no texto e lia em voz alta, como se estivesse a representar. Pronto e consegui decorar. O meu papel, o que eu tinha de dizer, eu sei-o todo. E parece-me que são 4 ou 5 folhas. Mas eu sei-as todas. Ainda às vezes vou para a cama e começo a dizer o texto* (Sr. Casimiro).

- (...) *estudar o texto... (...) Sim. Alterou porque tive de abdicar de certas coisas, de estudar outras coisas. Por exemplo, estudar música, pronto e também a equivalência ao 9º ano e outras coisas (...)* *E canto também...* (Sr. Roberto).

Tal como afirmam Leite, Cappellaria, Sonogo (2002: 22) ter “um grupo de referência, no qual se possa partilhar alegrias, tristezas, conhecimentos, entre outros, propicia ao idoso um suporte emocional e motivação para que este indivíduo tenha objetivos na sua vida”. Também no seu estudo constataram que o idoso se preparava semanalmente para o próximo encontro no grupo em que estava inserido.

Consideramos, neste sentido, que o facto de os idosos terem alterado rotinas, organizando de forma mais eficaz o trabalho doméstico, encontrando novas formas de organização do tempo, abdicando de outras atividades, reorganizando a sua semana e o seu Sábado para frequentarem o Atelier de Teatro, poderá ser um indício da importância que esta atividade, naquele momento concreto, teve nas suas vidas.

3. BEM-ESTAR FÍSICO, MENTAL E PSICOLÓGICO

Como já constatado, uma das razões pelas quais os seniores se inscreveram no Atelier de Teatro foi a procura por melhores condições de saúde. A análise dos dados aponta para uma melhoria das dimensões psicológica e física.

Assim, na opinião dos participantes, este projeto de animação teatral permitiu melhorias em termos psicológicos, nomeadamente, permitindo o alívio de sentimentos negativos:

- *A gente aqui não pensava nas doenças nem nos compromissos* (Sr. Casimiro).

- (...) *No momento em que estava no Teatro, não estava a magicar, a pensar noutras coisas negativas. (...) E depois quando saía pensava nos bons bocados que a gente se divertia, que se ria, etc., tudo o que se passou de bom cá dentro (...)* (Sr. José).
- (...) *Pelo menos enquanto cá estávamos era ótimo (...) Porque libertava (...) Ou pensava nisto ou nas coisas que estão ali na rua* (D. Teresa).
- *Enquanto estava aqui não pensava em mais nada. Gostava dos exercícios que a gente fazia. (...) Porque dava para a gente se rir* (D. Helena).
- (...) *levantou muito o meu astral. Acho que esqueci um pouco e convivi com outras pessoas que também me ajudaram* (D. Laura).

Este alívio de sentimentos negativos foi, várias vezes, associado ao carácter lúdico dos exercícios:

- *Fez-me rir. Fiquei satisfeito...* (Sr. José) (Nota de campo nº 5).
- *Gostei de me rir* (D. Glória) (Nota de campo nº 6).
- *Eu gosto muito de me rir. De dar umas gargalhadas grandes (...) A gente diverte-se. Passa um bocado de tempo bom* (D. Celeste) (Nota de campo nº 9).
- (...) *Mas deu para divertir, para passar umas boas manhãs. (...) Os aspetos mais positivos foram tudo o que foi brincadeira (ri-se). As crianças querem é brincadeira. (risos) Os primeiros ensaios, as brincadeiras foi tudo uma maravilha* (D. Teresa).
- (...) *E tive muitos momentos alegres. Saímos daqui muitos Sábados todos contentes. (...)* (D. Glória).

Portella e Ormezzano (2010) referem que autores como Filipetto (1999) e Acosta (1999) apontam a importância de revestir de ludicidade o trabalho com idosos no sentido de melhorar o seu bem-estar físico e mental. Para estes autores (Filipetto, 1999; Acosta, 1999 *in* Portella & Ormezzano, 2010), este carácter lúdico pode contribuir para, entre outros aspetos, melhorar a autoestima e autoconfiança das pessoas idosas.

Neste sentido, o carácter lúdico dos exercícios parece ter contribuído para aumentar o bem-estar mental das pessoas que participaram no projeto de animação teatral que desenvolvemos.

A análise dos dados aponta também para o aumento da autoconfiança e autoestima dos participantes, visível através de dois níveis distintos: a participação no Atelier de Teatro e a apresentação do seu resultado final.

Assim, o trabalho teatral desenvolvido ao longo do processo aponta para o seu contributo para o aumento da segurança, desinibição e confiança dos seniores:

- *Senti mais confiança. Tive mais livre* (Sr. David) (Nota de campo nº 6).
- *E vamos adquirindo estar mais à vontade. E isto até nos ajuda no dia a dia. Não é?* (D. Celeste) (Nota nº 10).
- (...) *Eu senti-me mais segura, a respeito de falar. Senti-me mais segura. Cheguei a pontos que já não me importava da figura que ia fazer* (D. Glória).
- *Eu sou muito reservado. Falo muito pouco. É o meu feitio é este. E isto obrigava-me a comunicar mais. Tinha de falar com pessoas. (...) Obrigou-me a falar. A estar mais à vontade* (Sr. Casimiro).
- *Para mim também foi uma forma de me desinibir mais um bocadinho. Eu gosto muito de falar com as pessoas. Mas fiquei mais segura (...)* (D. Celeste).
- *Estava mais à vontade em palco* (Sr. Casimiro).

A triangulação dos dados recolhidos permitiu constatar que, de uma fase inicial em que se consideram incapazes, referindo a “falta de jeito”, os seniores compreenderam a sua capacidade para agir, para fazer, mais concretamente, através da apresentação do resultado final do projeto de animação teatral: o “Pedaços de Nós...” A sensação de pisar um palco, ser “um ator”, “uma atriz” parece ter dado ao grupo uma sensação de bem-estar e satisfação pessoal:

- *Eu...de mim...Eu...de mim...Entrei no palco como que nada fosse* (D. Helena).
- (...) *eu tinha dito que não tinha jeito para ser patrão, que antes queria ser empregado. Não foi? Trocava aqui com o Sr. José. Mas acabei por me sair bem e gostei do que fiz.* (Sr. Casimiro).
- *Eu senti-me uma atriz.* (risos) *Senti-me bem. Senti-me ótima. (...) Um pouco nervosa porque era a primeira vez. Mas senti-me bem. (...)* (D. Teresa).
- *Mas felizmente correu bem e pronto, estou contente por isso...E ao fim já não me sentia tanto um ator de meia tigela, mas um actorzinho já. ... amador, amador...mais.* (risos) (Sr. Roberto).
- *Eu senti-me um pouco nervosa, ansiosa ... por ver o meu resultado. E o que vi gostei...* (D. Glória).
- *Fez-me sentir bem. Entrei em palco, nem olhei para as pessoas, não vi ninguém. Tentei dar o meu melhor. Não sei se consegui ou não. Mas estou satisfeita pelo resultado.* (D. Celeste).
- *Bom... eu entrei um bocado nervoso...um bocadinho...com medo que as coisas não corressem bem, que a gente bloqueasse (...)* Depois aquilo começou-se a desenrolar e comecei a ganhar mais confiança (Sr. Casimiro).

A reação positiva do público durante e após a apresentação do “Pedaços de Nós...” parece ter contribuído para aumentar a confiança, segurança e satisfação dos participantes. Estes associam a satisfação do público à sua prestação, às “palmas”, ao “rirem-se”, ao “prestarem atenção”:

- *Em alguns momentos sim. E dá-se conta quando o público ri espontaneamente ou quando bate palmas espontaneamente. Então está a ser-se ator ou atriz* (D. Laura).

- *Acho que o público esteve atento. Acho que demonstrou que gostou do que estava em palco. Estiveram atentos* (D. Celeste).
- *Portanto, para mim, acho que eles gostaram. Bateram palmas (...) O público esteve atento, emocionou-se... bateram palmas... Sinal que gostaram* (Sr. Casimiro).
- *Sobre o público, eu acho que todos eles gostaram... da nossa representação. (...) Estavam com atenção... E estavam satisfeitos porque batiam palmas (...)* (Sr. José).
- *Mas quando ouvi aquelas palmas todas percebi que tínhamos público e do bom... (risos) Fiquei muito feliz, muito contente. (...) Quando ouvi aquelas palmas todas achei que o público ou por simpatia ou porque de facto gostou, senti um carinho enorme...* (D. Teresa).

No fim da apresentação, as pessoas da sua comunidade felicitaram-nos, agradeceram-lhes e incentivaram-os a continuar com o trabalho ao nível teatral o que, a nosso ver, contribuiu para reforçar a sua segurança e confiança:

- *(...) disseram "Ai que bom, ai que lindo, representou tão bem e não sei quê. (...) Eu senti-me bem. (...) Mas senti-me contente, alegre, feliz. Quando chegamos ao fim parece que aquilo era assim tudo cor-de-rosa, tudo diferente (...) E depois também parece que não mas no fim sentimo-nos mais valorizados...Eu fui capaz, eu fiz (...)* (D. Laura).
- *A mim disseram-me que gostaram muito, que estivemos muito bem. Eu gostei muito por ele (meu pai) me ter vindo cumprimentar e agradecer (...)* (D. Celeste).
- *Eu quando acabei fui para a plateia e o primeiro foi logo o pai da Carlinha que me deu os parabéns e disse: "Então está aqui um ator. Humm? Não sabia!" Portanto, saí-me muito bem* (Sr. Casimiro).
- *Felicitaram-me sim... Até vieram duas senhoras... fás... que lhe dei 2 autógrafos (...) E claro apanharam-me logo ali. Estava a ver que me entalavam ali. Vi-me à rasca porque iam a felicitar-me (...) Beijinhos... algumas..."Quer um autógrafo?" "Quero, quero" (risos) E eu dei...* (Sr. Roberto).
- *Eu cheguei cá fora e diz a minha cunhada: "Ah eu gostei tanto do teu papel. Ri-me tanto contigo. Eu tive alguma graça? Tiveste sim..." (...) depois perguntei ao Nene (referindo-se ao filho): "Ai fiz lá uma figura triste. "E diz ele: "Não fizeste não". "Então está bem. Pronto." Eu estava morta por sair dali e que me dissessem se eu fiz figura triste* (D. Glória).
- *A minha irmã e minha sobrinha vieram cá, viram. A minha sobrinha é uma pessoa com estudos. Gostou (...) Disseram-me que eu...que me portei bem* (D. Helena).
- *(...) que foi muito interessante como amadores que representávamos como profissionais e senti-me muito feliz...(...) senti-me feliz quando vi que o público estava feliz (...)* (Sr. José).

De facto todo o trabalho desenvolvido ao nível das técnicas teatrais, como temos vindo a constatar, permitiu aos seniores uma progressiva desinibição, aumento da confiança, segurança, satisfação e bem-estar. Porém, a apresentação do seu resultado final e o consequente *feedback* do

outro, do que viu, sentiu, “analisou” e “avaliou” parece ter sido a confirmação de que, na realidade, eram capazes. É neste sentido que concordamos, pois, com Muniz (2010: 4) que dá conta da “importância que, para o público de terceira idade, tem apresentar-se diante dos demais (...)” dado que não “há teatro sem público”.

A participação no Atelier de Teatro parece ter contribuído, em alguns casos, para o aumento da capacidade de resiliência, manifesta na capacidade de resistir a *feedbacks* menos positivos:

- *Eu também cheguei a comentar com casais (...) E então diziam que eu era uma pessoa que me metia em tudo. Como é que eu conseguia. Digo assim: "tento dar o meu melhor para chegar ao fim" que era isso o meu objetivo, era dar o meu melhor (D. Celeste).*
- *Eu também falei a certas pessoas que andava nestas atividades. E agora por fim que também me tinha metido no teatro. "Teatro?" (...) "Oh isso não vale a pena que não vais conseguir decorar" (...) Mas não era por isso que eu não vinha. E consegui (Sr. Casimiro).*
- *Falei falei com muitas amigas, casais amigos. E que uns diziam: "Mas para que é que vais? Vais te levantar tão cedo? Já não tens idade para isso, deixa-te lá de histórias (...) Mas lá vim...E tentei fazer o melhor (D. Laura).*

De facto, apesar de se terem visto confrontados com algumas opiniões menos positivas relativamente à frequência do Atelier de Teatro, continuaram a participar e a anunciar a sua participação perante os demais.

A frequência do Atelier de Teatro parece ter contribuído ainda para a melhoria da relação conjugal de dois participantes:

- *Nós já temos brincado em casa à conta da Joaquina (...) eu nunca ouvi, tantas vezes, ele a chamar-me de querida. (gargalhada geral) (...) E brincávamos mais. Nós não brincávamos muito em casa. Só quando é preciso. (risos) Somos muito certinhos. Não brincamos muito. E nesta altura foi um pretexto para puder brincar mais (...) (D. Glória).*
- *A mim alterou muita coisa. Comecei a tratar a minha mulher por "amor" e "querida". Estava sempre com essa palavra na boca. E agora habituei-me e vou lhe começar a chamar sempre. (risos de todos) (...) (Sr. Casimiro).*

Temos conhecimento que, atualmente, passados 11 meses do término deste projeto, o Sr. Casimiro continua a tratar a sua esposa por “querida”.

Segundo Najman e Levine (1981 *in* Ferraz & Peixoto (1997: -331) “numerosos estudos têm demonstrado que uma descrição positiva do casamento e a situação familiar são bons, senão os melhores, indicadores de felicidade e satisfação com a vida”. Estes, segundo Ferraz e Peixoto (1997), são indicadores subjetivos de qualidade de vida. Assim, a frequência do Atelier de Teatro ao levar dois dos seus participantes a descreverem uma melhoria na sua relação conjugal, poderá ter contribuído para a melhoria da qualidade de vida deste casal, bem como para o seu processo de envelhecimento ativo.

A triangulação dos dados permite também referir que a realização de determinados exercícios teatrais parece ter contribuído para o exercício da memória:

A avaliação dos participantes a este exercício foi positiva, referindo que permitiu “exercitar a memória” (Sr. David) (Nota de campo nº1).

- *O objetivo aqui é a nossa cabeça trabalhar* (D. Celeste) (Nota de campo nº9).

- *(...) Faz bem à mente. Porque se lê, exercita a mente* (D. Celeste).

- *Em termos psicológicos... bom... espreitou um bocado a memória. Não haja dúvidas. Acho que fortaleceu um bocado a memória. Ficamos um bocado mais fortes. Espero...* (Sr. Roberto).

- *Psicológicos também porque obrigou-nos a puxar pela mente porque está muito esquecida. De vez em quando é preciso levar assim umas coisinhas... umas picadelas para ela arrebitar. Portanto, fez-me muito bem* (Sr. Casimiro).

No que diz respeito aos possíveis contributos do Atelier de Teatro para a saúde física dos participantes, a análise de dados evidenciou que o trabalho teatral desenvolvido lhes permitiu a prática de algum exercício físico:

- *(...) mas gostei de tudo. Da parte de ginástica. (...) "Eu na piscina já fazia exercícios. Mas agora acho que faço mais (...)* (D. Helena).

- *Em termos físicos acho que era ótimo. Só que agora já estou outra vez toda enferrujada. (...)* (D. Teresa).

- *Eu...os exercícios eu gostei imenso porque o nosso corpo é muito malandro. E nós em casa não fazíamos... não fazíamos exercício. Portanto, eu fiz coisas aqui que nem me passava pela cabeça fazê-las. E pronto, uma pessoa sente-se mais leve, sente-se melhor* (Sr. Casimiro).

Em síntese, como temos vindo a constatar da análise da literatura, após a saída do mundo laboral, o idoso vê-se confrontado com o abandono de papéis sociais significativos. Muitas vezes sente-se só e excluído. A análise dos dados recolhidos parece corroborar a análise da literatura, que dá conta da importância do contributo das atividades de animação teatral para este idoso que se isola, que está

só, proporcionando o alívio de sentimentos negativos. Revestir de ludicidade este trabalho parece contribuir para aumentar o bem-estar mental dos seniores.

A participação no Atelier de Teatro bem como a apresentação do seu resultado final parece ter contribuído para elevar a autoestima e a autoconfiança dos participantes. Após se verem confrontados com uma série de dificuldades, os seniores compreenderam que eram capazes de ainda exercerem papéis com significado. O *feedback* positivo da comunidade em que se inseriam foi relevante para terem esta consciência.

Por fim, como constatado, o trabalho com as técnicas e exercícios teatrais foi um contributo para aumentar a sua capacidade de resiliência, fazerem exercício físico, exercitarem a memória e, num caso muito específico mas não menos importante, melhorar a relação conjugal de dois participantes.

4. SOCIALIZAÇÃO POSITIVA E CRÍTICA

A análise de dados aponta também para o contributo do Atelier de Teatro para uma socialização positiva e crítica. Esta, segundo Vieites (2000: 113), permite “ao indivíduo descobrir o grupo como uma soma de indivíduos concretos e como espaço para as mais diversas interações”.

A análise de dados aponta, assim, para a importância do convívio no projeto de animação teatral:

- (...) *O ambiente é bom. (...) A convivência conta muito* (Sr. José).
- *Para mim, também é o convívio* (Sr. Casimiro).
- *Eu acho que foi ótimo, pelo convívio* (Sr. Roberto).
- (...) *gostei de tudo e da convivência também* (D. Helena).

Constatações que encontramos, a título de exemplo, nos estudos de Najman e Levine (1989 *in* Ferraz & Peixoto, 1997: 330) que referem que “um convívio social positivo, próximo e estável é o principal determinante de um alto nível de qualidade de vida, numa análise pessoal subjetiva”.

Também o trabalho de grupo, propiciado pelo trabalho teatral desenvolvido durante o Atelier de Teatro, foi apontado como um dos aspetos mais positivos da atividade. Trabalho esse pautado pela união, pela partilha, pela coesão, pela veracidade e pelo apoio mútuo:

- (...) *No teatro acho que é uma família, somos todos unidos. Na dança, no canto e noutras atividades, já não é tanto assim. Já há muito mais individualidades. É um bocado mais... não é tão coeso como é o teatro. É a vantagem que tem o teatro* (Sr. Roberto).

- *Basicamente o Atelier de Teatro teve o trabalharmos em grupo que é muito diferente do que outro Atelier qualquer (...) E aqui era diferente. Portanto, o trabalho de grupo (...) No meu entender, o Teatro é das coisas que mais une. (...) De todas as atividades em que tenho andado, acho que o teatro é o que mais une (...)* (D. Teresa).
- *Eu também penso assim. Que é um trabalho de grupo. E como tal acho que... houve situações que deus nos força uns aos outros. Que foi preciso* (D. Celeste).
- *Foi um pequeno grupo de família ... Sinto eu que se formou entre nós. E reforçou certas amizades (...). E aqui não. É um trabalho em conjunto (...)* (Sr. José).
- *Aqui dá para a gente se conhecer. E para conviver. E ninguém está com inveja uns dos outros. E ajudamos todos. Trabalhamos todos em conjunto. Eu acho que para as pessoas estarem bem, é melhor isto do que todas as outras (...)* (D. Glória).
- *É aquela amizade de grupo. Não é aquela amizade por este ou por aquele. Mas a amizade de grupo: "Um por todos e todos por um" Penso que foi isso que cresceu entre nós. (...) Foi o estarmos juntos, o participarmos as alegrias e as tristezas que, de vez em quando, surgiam. Embora poucas e pouco tempo* (D. Laura).
- *Aqui havia mais convívio, mais união é isso. Porque tínhamos de falar uns com os outros. Nas outras atividades não. Cada um é como diz o Sr. Roberto, cada um desenrascava-se* (Sr. Casimiro).

Tal como aponta a investigação produzida (Ferrigno, 2006), em grupo, as pessoas, nomeadamente as idosas, têm oportunidade de partilhar experiências, vivências, exercer papéis, enfrentar desafios, contribuindo para valorizar a sua participação ativa e evitar a marginalização social. Este trabalho em grupo exerce “no idoso um poder restaurador da afetividade, da autoestima, da autoconfiança e até um sentimento de capacidade de retorno à atividade produtiva” (Ferrigno, 2006: 26).

Para Vieites (2000), o trabalho teatral em grupo pode não só contribuir para elevar a autoestima dos participantes como também para desenvolver novos interesses e expectativas.

Assim, considerámos que o facto de os seniores terem trabalhado em grupo permitiu o convívio social positivo, a partilha de vivências e experiências, o fomento do espírito crítico através da procura por soluções para as suas dificuldades e problemas.

O convívio e o trabalho em grupo durante o processo e, mais vivamente, na criação do resultado final reforçaram os laços entre os participantes e entre estes e nós, investigadores e dinamizadores do projeto.

É neste sentido que referimos que o trabalho teatral desenvolvido durante o projeto de intervenção teatral possibilitou aos seus participantes estabelecer ou consolidar relações:

- (...) *Eu para mim acho que é uma amizade que a pessoa ganha a conviver com as outras pessoas* (D. Helena).
- *Para mim o Teatro também foi muito bom. Conheci pessoas que nunca pensei conhecê-las. Pelo convívio... Ganhei também novas amizades* (Sr. Casimiro).
- *Isto serviu para ficarmos amigos todos... (...) e para conhecer pessoas novas. (...) Na piscina... Vai-se para a piscina. É sempre a fugir. Aqui não. Aqui conhecemo-nos. Ficamos amigos (...)* (D. Glória).
- *Serviu para conhecer pessoas novas e consolidar amizades (...)* (Sr. Roberto).

Também Tamer e Petriz (2007: 193) referem que a concepção de saúde deve, entre outros aspetos, considerar a capacidade de “construir vínculos afetivos e transformadores com esta, que permitam satisfazer as necessidades crescentes de um ser em permanente evolução psicocultural e social”.

Assim, a análise de dados parece corroborar a análise da literatura apontando para a importância que o convívio, o trabalho em grupo e o estabelecimento ou consolidação de amizades têm para evitar a marginalização social dos idosos, reforçar ou aumentar a sua autoestima e autoconfiança, entre outros, podendo, desta forma, contribuir para um processo de envelhecimento ativo.

5. MEMÓRIAS: TRANSMISSÃO DE UM SENTIR INDIVIDUAL E COLETIVO E DA HERANÇA CULTURAL

A evocação e partilha de vivências, experiências e memórias e, mais tarde, trabalhadas ao nível teatral foram, a nosso ver, um contributo para a valorização da “voz” ativa dos seniores. No Atelier de Teatro tiveram oportunidade de evocar e partilhar lembranças, vivências e memórias, ora mais associadas à saudade ou à dor de um passado mais recente, ora mais associadas à alegria de um passado mais distante.

Porém, para autores como Tourinho (2007 *in* Portella & Ormezzano, 2010), na prática das reminiscências, o processo de recordação provocado não pretende levar o idoso a isolar-se no passado, mas sim a ser capaz de retirar dele os aspetos positivos e saudáveis.

Acreditamos, por isso, que as memórias que os próprios seniores selecionaram para trabalhar na fase criativa foram mais associadas à alegria desse passado mais distante: a infância.

Este trabalho ao nível da evocação, partilha e comunicação de memórias, pela via teatral, parece ter contribuído para expressar um sentir individual e coletivo e transmitir a herança cultural das pessoas participantes no projeto:

- (...) gostei muito de recordar também quando eu era miúda que andava na escola. (...) Eu gostei de fazer um bocadinho daquilo que eu aprendi quando era criança, de quando andava na escola (D. Helena).
- Que o nome é o ideal "Pedaços de Nós" e que se passa no real da vida de nós todos, ou já passou ou continuará a passar (...) Nós "jogamos" e apresentamos a empresa "Meireles" "que faz uma parte de nós mesmos na vida... E achei isso muito interessante (Sr. José).
- Agradou-me ter que ir à procura das fotografias, fui buscar as antepassados, foi bonito. Agradou-me cantar as "Jardineiras Floreiras" Gostei muito. Gostei (D. Celeste).
- E eu também gostei... Gostei muito das "Jardineiras Floreiras (D. Helena).

Consideramos que a comunicação de memórias vividas e re (vividas) pelo fazer teatral poderá ter contribuído para reforçar a participação ativa dos seniores na comunidade em que se encontravam inseridos.

Aliás este reforço poderá ser visível na relação de cumplicidade que os seniores parecem ter sentido com a plateia:

- E acho que os fez sentir também quando eram crianças. Ou alguma coisa que os fizesse recordar porque nós trabalhamos muita coisa baseado nisso. Não é? Na nossa vida. Que às vezes acontece na vida real (D. Celeste).
- Eu acho que (...) O público estava com muita atenção à história (D. Glória).
- Eu senti sobretudo quando pousei a mala e as pessoas bateram palmas e algumas riram-se e eu não tive tempo para pensar porque se estavam a rir. Mas no fim um senhora... um casal veio ter comigo que eu não conheço e pediu-me desculpa: "Olha nós rimo-nos muito quando a vimos com a mala mas fez-nos lembrar a mala de cartão da Linda de Sousa. Olhe deu-nos vontade de rir por ser a mala de cartão. E vieram-me dizer"Ah mas esteve muito bem e não sei quantos" (...).
- Mas senti, senti o calor do público e não sei porquê mas no fim houve muita gente que no fim me veio dar os parabéns quando eu fui para o lugar (D. Laura).

Tal como aponta Venâncio (2006b: 148-149) apesar "do jeito ainda amador de representar e da dramaturgia em estado quase bruto, características da ausência de formação especializada, o grupo cria um diálogo íntimo com a plateia" que se emociona relembrando as "suas vidas inscritas por costumes e hábitos de uma época determinada".

A mesma autora (2008: 298) considera que esta relação de cumplicidade que os seniores estabelecem com a plateia faz renascer "a memória atualizada de vivências de uma geração".

No "Pedaços de Nós..." consideramos que esta relação de cumplicidade com a plateia, esse renascer de memórias comuns se fez sentir.

6. MELHORIA DA COMUNICAÇÃO E EXPRESSÃO

A análise de dados aponta também para que a participação no “fazer” e “acontecer” teatral tenha contribuído para a melhoria da comunicação e expressão dos seniores, nomeadamente, no que diz respeito à forma de articular as palavras, projetar a voz e respirar corretamente:

- *Articular melhor as palavras, estar mais desinibido* (Sr. Roberto).
- *Projetar a voz, tentar respirar corretamente* (D. Teresa).
- *Aprender a exprimir-me melhor, sem tanta dificuldade que eu tinha. (...) (Sr. José).*
- *(...) estar mais atenta quando comunicava utilizando as regras apreendidas ou assimiladas nas sessões cujo objetivo era atingir essa performance, ou seja, a comunicação e expressão pessoal* (D. Laura).
- *A mim obrigou-me a que lesse muito, que eu era muito preguiçoso. Não gosto muito de ler. Mas aqui o teatro obrigou-me a ler. Que o meu texto decorei-o todo foi... nem a escrever nem nada. Foi só a ler. Li muitas vezes, a falar alto. Por isso é que a minha voz também saiu (...) (Sr. Casimiro).*

Assim, apesar das dificuldades inerentes a este tipo de exercícios, como fomos dando conta ao longo do processo, estes parecem ter sido benéficos para melhorar a forma de os seniores comunicarem e se expressarem. Através do trabalho teatral, os seniores aprenderam estratégias para articular melhor as palavras, respirar de forma correta, projetar melhor a voz, encontrar meios de se expressarem mais eficazmente, entre outros.

7. AQUISIÇÃO DE NOVOS CONHECIMENTOS E APRENDIZAGENS

Outra das razões apontadas pelos seniores para se inscreverem no Atelier de Teatro foi a necessidade de adquirirem novas aprendizagens.

Durante o projeto, foi sendo visível o interesse em conhecer mais profundamente aspetos relacionados com a prática teatral:

- *Porque é que eles estão todos sentados?* (Sr. David)
- *Não sei. Isso é o que nós vamos descobrir entretanto* (Animadora).
- *Mas isto já faz parte da cena? Eles já estão a representar?* (Sr. David)
- *Sim. Isto já faz parte da cena* (Animadora).
- *No meu tempo, caía um pano preto e ouviam-se 3 pancadas. Isso já não se usa? Já não é assim?* (Sr. David)
- *Se calhar em alguns teatros sim. Principalmente nos amadores. Mas neste caso, os espectadores já estão a ser transportados para a cena* (Animadora).
- *Eu quando ia ao teatro era tudo diferente* (Sr. David).

- *Repare no cenário: quase não tem nada, umas carpetes, uns sofás e uma tela. Provavelmente o cenário será projetado na tela* (Animadora)
- Pedi-lhes que, durante o espetáculo, atentassem nos cenários, nas luzes, nos figurinos e nas personagens.
- *Nós agora já reparamos nessas coisas* (Sr. José) (Nota de campo nº9, ida o Teatro).

Ao longo do projeto, os seniores foram referindo a importância dos novos conhecimentos e aprendizagens que iam realizando:

- *Eu também. Gosto muito disto, das coisas que aprendo aqui* (Sr. Casimiro).
- *E aprender alguma coisa* (D. Teresa).
- *Mas o engraçado é que estamos sempre a aprender* (Sr. José).
- *Mas aqui estamos todos a ganhar. Estamos todos a aprender* (Sr. Roberto) (Nota de campo nº 17).

E quando entrevistados, no fim do Atelier de Teatro, reforçaram a ideia:

- (...) *Nós aprendíamos sim, sem nos apercebermos, as regras para fazer um bom teatro, ou melhor teatro.* (...) (D. Laura).
- *Foi muito positivo ... aprendeu-se muito Faz-nos crescer. E aprender é sempre bom. Independentemente da idade, acho que isso não tem importância* (D. Celeste).
- (...) *mas porque se aprendem coisas novas, formas de estar diferentes...e foi ótimo* (...) (D. Teresa).
- (...) *Aprendemos coisas* (...) (Sr. José).

A participação social, a partilha de experiências, o convívio social, a comunicação e expressão de um sentir individual e coletivo poderá conduzir à aquisição de novos conhecimentos e aprendizagens.

Para Rocha (2009) as “pessoas idosas ou em processo de envelhecimento têm direito ao desenvolvimento das suas aptidões, capacidades e competências por meio da educação e, nomeadamente, por meio de formas de expressão e de comunicação que sejam suscetíveis de alargar o seu potencial humano, favorecendo, simultaneamente, uma maior coesão social numa sociedade livre.”

A nosso ver, quer a participação no processo quer a apresentação do resultado final proporcionaram ao grupo um novo sentido para as suas vidas: num ambiente lúdico debateram, refletiram, emocionaram-se, partilharam alegrias, tristezas, aprenderam, socializaram e, acima de tudo, elevaram a sua autoconfiança e autoestima.

8. ESTRATÉGIAS DE RESOLUÇÃO DAS DIFICULDADES ENCONTRADAS

As notas recolhidas ao longo de todo o projeto de investigação e a análise à entrevista semiestruturada de grupo revelam que a animação teatral se constitui como um espaço para as pessoas idosas, por um lado, se confrontarem com as suas próprias limitações e dificuldades e, por outro, encontrarem estratégias eficazes, no seio do grupo e da família, para as ultrapassarem e/ou resolverem.

Como já demos conta, estas dificuldades emergiram principalmente na fase criativa quando os seniores se viram confrontados com a necessidade de decorarem um texto e/ou improvisarem perante a desorientação do colega/ator, com a frustração de sentirem que a memória já lhes falhava. O sentir do peso da responsabilidade da apresentação do resultado final tornou o processo cansativo, provocou alterações na própria estrutura do grupo e um certo sentimento de desânimo e impotência:

- *Tornou-se cansativo* (D. Celeste).
- *É como num exame ou como qualquer outra coisa na vida, quando temos de prestar contas, enervamo-nos connosco e o outro sofre também (...)* (D. Laura).
- *(...) quando as coisas começaram a ser mais a sério, pois claro que já pesava a responsabilidade de...já havia mais que estudar* (D. Teresa).

No entanto, no grupo teatral e, em casa, com o apoio dos familiares, os seniores refletiram, debateram, propuseram, inventaram, descobriram formas de resolverem as dificuldades e problemas com que se foram defrontando.

Assim, uma das estratégias convocadas para decorar o texto foi implicar os familiares (cônjuge, neto, filha (o)) que os apoiaram a reescrever o guião e a contracenar:

- *Houve uma altura o meu neto ajudou-me. Ele fazia-me perguntas e dizia: "Oh vó não sabes nada." Eu não respondia nada certo, está visto. Ele tem 7 anos, lê muitíssimo bem e escreve muito bem. E dizia: "Não sabes nada".(...) Eu dizia ao meu neto: "Ajuda-me aqui. E ele lia e eu lia (...)"* (D. Teresa).
- *Agora para ler o texto do Sr. Meireles...a minha filha é que me dizia: "Oh mãe tu não podes ler isso tudo". (...) E a minha filha assim: "Tu vais escrever só aquelas partes que te toca a ti, que tu tens de falar, que é quando é a D. Manuela. Isto vais escrever num papel, para encaixares isso na cabeça. Eu digo-te e tu vais escrever. E depois ela perguntava-me qual era a minha parte que eu tinha de falar Quando era as coisas da Manuela, ela ditava-me e eu escrevia. E depois ela mandava-me eu ler. Para eu... (não se percebe) senão nunca mais eu encaixava aquilo na cabeça* (D. Helena).
- *Escrevi muito...ia para casa...comecei a pôr o papel à minha frente. Cartões, por exemplo, aqueles cartões que vem na "Corn Flakes", do leite, aqueles cartões que vem nas embalagens. Comecei a pô-los todos lá na cozinha. Eu escrevi aquilo tudo. Escrevi o texto todo, mas mais aquela parte que me tocava a mim. Então aquilo era "tumba", "tumba", "tumba". Até que eu ao fim sabia tudo. E então pus o meu marido a fazer-me*

perguntas no fim de jantar. Às vezes eram 11 horas da noite e eu: "Oh Joaquim pega-me nisso e ajuda-me" "Oh, oh tu já sabes isso de cor", "Oh Joaquim faz esse favor: faz-me essa pergunta e esta" E eu até que depois eu via algumas perguntas que ainda não estava bem certinha, perguntava-as no outro dia sempre que tinha bocados e então depois pegava no texto e andava por casa a falar alto. (risos) (...) Foi um exercício...Aquilo foi portanto a forma que eu encontrei para ultrapassar essa dificuldade (D. Celeste).

Referem-se ainda estratégias convocadas durante a realização de tarefas do quotidiano, como ler e repetir várias vezes o guião e fazer gravações deste e ouvi-las repetidamente:

- *Andava sempre a dizer a mesma coisa: "Eu estou farto disto, eles não fazem nada. Tenho a obra para entregar e eles não fazem nada."Portanto, essa foi uma das razões positivas (Sr. Casimiro).*
- *Embora arranjei estratégias. Gravei a minha voz no mp3. Li e gravei : "rebeu beu beu, beu beu beu". Depois quando andava não tinha que fazer à noite ou ao Sábado e ao Domingo que ia andar metia aquilo nos ouvidos e ouvia-me a mim próprio. E foi assim. Foi por isso que eu fiquei chateado de mim próprio, porque eu sabia aquilo de cor e salteado. Não de ler muito, mas de ouvir, de me ouvir a mim próprio (Sr. Roberto).*

Já durante a apresentação do “Pedacos de Nós...” quando confrontados com as reações do público, com o nervosismo natural que uma apresentação em público implica, com as suas “brancas” e a dos colegas, a estratégia tantas vezes vista como impossível de pôr em prática durante as sessões do Atelier de Teatro, foi convocada, ou seja, improvisar:

- *Na apresentação foi a improvisar (D. Teresa).*
- *Houve uma altura que eu tive de improvisar, porque fiquei ali à rasca (...) (Sr. Casimiro)*
- *Olha como acabei de dizer: "Oh eu já sei como é. Depois digo (D. Laura).*
- *Olha deixei-me ir. Não disse o que estava no texto. Deixei-me ir. Tentei rir-me e deixei-me ir. E deixei-me a disfarçar com as chaves. Foi a minha muleta, foi a chaves....e as minhas perninhas a abanar. Foi aí que eu pronto, entretive-me. Não olhava muito para as pessoas. (...) Só que eu sabia se não respondesse de uma maneira da outra dava igual pronto aí estava tranquila. E pronto desenrasquei-me bem, acho eu (D. Glória).*

Consideramos, assim, que o facto dos seniores se terem visto confrontados com uma série de dificuldades, incitou cada um deles e o próprio grupo a desenvolverem formas de as ultrapassar o que, a nosso ver, contribuiu para reforçar a coesão grupal, para aumentar a autoconfiança de cada um dos participantes, reforçar a sua participação ativa, melhorar as relações familiares (ao implicar os familiares na resolução das dificuldades) e operacionalizar conhecimentos adquiridos no Atelier de Teatro (algumas estratégias para decorar o texto). Neste sentido, a participação do Atelier de Teatro

poderá ter contribuído para que estes seniores tenham aprendido estratégias benéficas para usufruírem de um processo de envelhecimento ativo.

9. PERSPETIVAS FUTURAS E SUGESTÕES

A análise de dados permitiu ainda constatar que alguns seniores manifestaram expectativas e desejos futuros em relação à continuidade do projeto:

- (...) *E quem sabe amanhã se não se anda com qualquer coisa para a frente neste sentido* (D. Teresa).
- (...) *Eu dou-lhes uma esperança: "Isto não acabou. Depois começa de novo"* (D. Laura).

São várias as razões apontadas para estes considerarem, na eventualidade se dar continuidade ao projeto, a possibilidade de se voltarem a inscrever, nomeadamente: a sensação de bem-estar provocada pelo *feedback* positivo do público; a perceção da capacidade de exercer papéis sociais com significado; os efeitos benéficos da atividade para exercitarem a memória; o convívio social positivo e a necessidade de aprofundar as aprendizagens realizadas:

- *Gostei e como... acho interessante para a nossa capacidade. Agora que já temos, enfim, a idade que temos e é bom para não enferrujar a cabeça* (D. Teresa).
- *Voltava. Porque afinal, no fim de contas, somos capazes. E foi um trabalho muito bonito* (D. Celeste).
- *Eu também repetia. (...) Porque gostei. Gostei...Foi uma experiência bonita...que gostei, saí-me bem. E acho que tenho capacidade para... ser um ator...reformado* (risos) (Sr. Casimiro).
- *Ah! eu voltava. Mas aprendendo mais...baseando-me mais nos ensinamentos necessários para fazer melhor. Aqueles exercícios e não sei quê. (...) tirar um curso não digo, mas mais umas aulinhas. Era necessário. Se não caímos na má dicção, na postura do corpo, do gesto e tudo* (D. Laura).

Neste sentido, e baseando-se na experiência vivida no Atelier de Teatro, apresentam algumas sugestões de trabalho para a realização de projetos teatrais futuros orientados para as pessoas idosas:

- *Macacadas, cantar, coisas assim do género...Ou pequeninas coisas (...) Menos texto E que seja mais por gestos e por macacadas...* (Roberto).
- *Coisas assim talvez mais reduzidas mas com a sua graça, com representação mais corporal, mais gestual até...sei lá. Acho que sim. Menos texto...* (risos) (Teresa).
- (...) *Que o texto seja mais pequeno. E estou pronto a continuar...não importa qual peça de teatro...* (Sr. José).
- *Trabalhos pequeninos e que não me faça brincar muito que eu não tenho jeito para brincar...* (D. Glória).
- *Brincar...brincar...brincar...* (risos) *Acho que tem lógica. E às vezes as coisas mais pequeninas são as que têm mais sabor...Acho que sabem melhor... Do que haver uns textos muito prolongados. Acho que faz mais sentido. É mais bem aceite. Pequenas coisas enquadradas umas nas outras...*

Agora no papel...Menos texto...Embora eu no fim consegui. Prontos porque eu estou como a D. Teresa disse, não estudei muito. Eu também não estudei. Sou franca. Para o fim estudei...Para o fim, estudei para fazer boa figura. Para fazer figura de Celeste, que a Celeste é muito empenhada naquilo que faz. Então eu ia ficar mal e eu não queria (D. Celeste).

- Acho que sim...que as sugestões são essas. Portanto, para a nossa idade, acho que os textos mais curtos um bocadinho porque temos dificuldade em decorar e...Mas nós...se a gente estudar...se se amarrar um bocadinho, acho que conseguimos até... O que é preciso é estudar. Porque é como eu já disse: Eu nunca pensei na minha vida que ia decorar aquelas páginas todas. Mas insistindo, teimando consegue-se. Estamos aí para o que der e vier (risos).

- A sugestão que eu faria (...) fazer coisas que aprendemos na escola... "O pucarinho", por exemplo. (D. Helena).

- Preparação em termos de cientificidade na parte de representar (...). Sobre tudo a postura do corpo, os gestos (...). E portanto, essa parte, aprender porque sem aprender não se pode fazer bem. A outra, olha eu apostava em novas formas de fazer teatro. Não digo novas formas no sentido de aprender a fazer mas sei lá, uma comédia, olha outras peças pronto. Até gostava... (D. Laura)

Assim, os seniores participantes neste projeto sugeriram que, em projetos de animação teatral futuros, o trabalho seja pautado pela utilização de recursos cômicos, por um pequeno guião e/ou a sua ausência, valorizando a representação mais ao nível corporal.

Síntese

O projeto de intervenção ao nível da animação teatral parece ter contribuído para a participação ativa dos seniores que nele se inseriram. Participação essa que teve uma série de implicações nas suas vidas, nomeadamente alterações das suas rotinas, levando-os a reorganizarem a sua vida doméstica e a abdicarem de outras atividades.

O projeto que levámos a cabo, bem como a apresentação do seu resultado final parece ter sido benéfico para: o bem-estar físico, mental e psicológico dos seniores; uma socialização positiva e crítica; a transmissão de um sentir individual e coletivo e da sua herança cultural, através do trabalho ao nível da evocação e partilha de memórias; a melhoria da comunicação e expressão; bem como a aquisição de novos conhecimentos e aprendizagens.

Apontaram-se ainda estratégias de resolução das dificuldades encontradas pelos seniores, quer no grupo teatral quer no seio da família.

Por fim, os seniores apontaram sugestões de trabalho com a terceira idade em projetos teatrais futuros.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como constatado da análise da literatura, o aumento da esperança média de vida tem vindo a colocar aos países de todo o mundo desafios de ordem económica e social. As políticas sociais que têm vindo a ser emanadas desde a I Assembleia Mundial sobre o envelhecimento, em 1982, preconizam o fomento de práticas inovadoras no terreno, capazes de atuar contra a solidão e exclusão a que os idosos estão sujeitos, permitindo-lhes envelhecer com qualidade e bem-estar.

O envelhecimento envolve, como constatado, fatores de ordem biológica, psicológica e social. Porém, a partir de determinada fase, poderá afetar o padrão global de saúde do sujeito que envelhece, principalmente quando cessa a atividade laboral, ao perder papéis sociais, ao diminuir os contactos sociais, ao ser menos solicitado pela sociedade em geral. A entrada na reforma acarreta, pois, um desafio para o idoso que se vê obrigado a adaptar-se a esta nova condição de vida.

É neste contexto que surge o conceito de envelhecimento ativo que pressupõe, como vimos, a implicação contínua dos seniores em questões culturais, o reconhecimento dos seus direitos, a responsabilidade ativa e intencional no seu próprio envelhecimento, a atualização de conhecimentos, o exercício físico, a educação lúdica e artística, entre outros.

A animação teatral parece ser um contributo para este processo de envelhecimento ativo. Através de diferentes práticas cénicas, técnicas e metodologias de trabalho, a AT instiga as pessoas a saírem da sua passividade, mobilizando-as para a ação, para a recuperação da sua autonomia e identidade, em suma, para a transformação das suas próprias vidas.

Com este estudo de caso pretendemos compreender os possíveis contributos de um projeto de intervenção teatral para o processo de envelhecimento ativo dos seus participantes.

Assim, através da análise e discussão dos resultados, constatámos que o Atelier de Teatro que levámos a cabo contribuiu para o fomento e reforço da participação ativa dos seniores. Participando de forma mais ou menos assídua nas sessões, participando ativamente em todas as tarefas propostas, partilhando as suas memórias, as suas histórias, escrevendo, debatendo, propondo ideias, investindo em soluções, os participantes viram-se reconhecidos como cidadãos de pleno direito, com “voz” ativa.

Esta participação no Atelier de Teatro acarretou implicações nas suas vidas. Assim, constatámos que os participantes introduziram, nas suas rotinas, novas formas de organização do tempo de forma a puderem frequentar o projeto. Referimos ainda que, nalguns casos pontuais, abdicaram de outras atividades, quer para frequentarem o projeto de animação teatral, quer para estudarem o guião do “Pedaços de Nós...”.

O projeto desenvolvido contribuiu também para a melhoria do bem-estar físico, mental e psicológico dos seus participantes. Ao nível psicológico, refere-se que o trabalho desenvolvido durante o processo parece ter contribuído para o alívio de sentimentos negativos, várias vezes associado ao carácter lúdico dos exercícios, e para elevar a autoestima e autoconfiança dos participantes.

O confronto, na prática, entre as dificuldades de um corpo e de uma mente que parecia “enferrujada” e a necessidade de mostrar que eram capazes, mobilizou os seniores para a ação, para o confronto com os seus próprios limites e capacidades. Para além disso, a análise de dados aponta para o sentimento de bem-estar e satisfação pessoal provocado pela sensação de pisar um palco e pelo *feedback* positivo dado pelo público ao longo e no fim da apresentação do “Pedaços de Nós...” o que, a nosso ver, contribuiu para reforçar a segurança e confiança dos participantes.

Referimos também os contributos do trabalho teatral desenvolvido para aumentar a capacidade de resiliência de alguns participantes. Neste sentido, constatámos que apesar de terem tido alguns *feedbacks* menos positivos quanto à sua participação neste projeto, os seniores continuaram a frequentá-lo e a anunciarem a sua participação perante os demais.

Verificámos também que o trabalho desenvolvido neste projeto parece ter contribuído para o exercício da memória e para a prática de algum exercício físico.

Destacamos ainda que, num caso muito concreto, o casal participante na investigação apontou melhorias na sua relação conjugal relacionadas com a prática teatral.

A análise de dados apontou também para os contributos do Atelier de Teatro para uma socialização positiva e crítica. O trabalho ao nível das técnicas e exercícios teatrais permitiu aos seus participantes trabalharem em grupo e conviverem, criando as condições para fomentar e/ou consolidar relações de amizade.

O trabalho teatral a partir das memórias dos seniores parece ter sido, igualmente, um contributo para ressignificar e revalorizar a sua identidade. Estes tiveram a possibilidade de trabalhar teatralmente ditos e canções populares do seu tempo, contribuindo para transmitir às gerações mais jovens a sua herança cultural. Para além disso, trabalharem teatralmente a partir de situações com que se foram defrontando ao longo da vida, nomeadamente, situações de opressão em contexto laboral, foi uma forma de expressarem um sentir individual e coletivo. Assim, o trabalho ao nível das memórias poderá ter contribuído para revalorizar a sua identidade e subjetividade e reforçar a sua participação ativa na comunidade em que se encontravam inseridos.

A análise dos dados recolhidos apontou ainda para os contributos do Atelier de Teatro para uma melhoria na comunicação e expressão. Assim, os seniores aprenderem a articular melhor as palavras,

respirar de forma correta, projetar melhor a voz, encontrar meios de se expressarem mais eficazmente, entre outros.

O projeto de intervenção teatral parece ainda ter proporcionado a aquisição de novos conhecimentos e aprendizagens ao nível da prática teatral.

A análise de dados revelou ainda que o projeto de animação teatral se constituiu como um espaço para, por um lado, os seniores se confrontarem com as suas dificuldades e limitações e, por outro, encontrarem meios eficazes de as ultrapassarem. Constatámos que as suas principais dificuldades emergiram na fase criativa. No entanto, envolvendo-se em processos de debate e reflexão em grupo, no Atelier de Teatro, e implicando os seus familiares, em casa, os seniores foram descobrindo e inventando formas de as ultrapassarem: reescrevendo o guião, contracenando com os familiares, lendo e repetindo várias vezes o texto e fazendo gravações áudio do texto e ouvindo-as repetidamente.

Destacam-se ainda as razões apontadas pelos seniores para se voltarem a inscrever no Atelier de Teatro: a sensação de bem-estar provocada pelo *feedback* positivo do público; a perceção da capacidade de exercer papéis sociais com significado; os efeitos benéficos desta atividade para exercitarem a memória; o convívio social positivo e a necessidade de aprofundar as aprendizagens realizadas.

Consideramos que a análise de dados deste trabalho de investigação corrobora algumas constatações encontradas na análise da literatura. Tal como aponta a investigação, a procura por uma melhor qualidade de vida é um dos aspetos a considerar para o processo de envelhecimento ativo das pessoas. Nele se incluem, como vimos, aspetos objetivos e subjetivos. No que diz respeito aos aspetos subjetivos, o conceito abrange termos como felicidade, satisfação com a vida, descrição positiva do casamento, relação com o outro, amigos (Ferraz & Peixoto, 1997). Neste sentido, e baseando-nos na análise dos dados recolhidos, consideramos que o projeto de intervenção teatral que desenvolvemos poderá ter contribuído para a melhoria da qualidade de vida dos seus participantes.

A intervenção ao nível teatral que propusemos a estas pessoas permitiu a sua participação ativa e implicação contínua em todas as fases do projeto, a aquisição de novos conhecimentos e aprendizagens, a melhoria do seu bem-estar físico, mental e psicológico, o fomento de meios de comunicação e expressão através do teatro, o estabelecimento ou consolidação de relações de amizade, aspetos fundamentais a considerar para um processo de envelhecimento ativo.

No entanto, consideramos neste estudo algumas limitações. Começamos por referir a escassa produção nacional de bibliografia que, de uma perspetiva de intervenção sócio-cultural, estabeleça a

relação entre teatro e idoso, bem como os seus possíveis contributos para o processo de envelhecimento ativo. Durante o desenvolvimento do projeto, o trabalho com e sobre as memórias obrigou-nos a um retorno constante à literatura que, como constatado, foi essencialmente baseado em autores brasileiros.

Referimos ainda as eventuais limitações metodológicas desta investigação, dependentes da reduzida duração do projeto. Há, pois, um desfasamento temporal entre as nossas intenções e a prática do projeto. Neste sentido, apesar de termos constatado que se verificaram mudanças na vida dos seniores, a partir da frequência do Atelier de Teatro, consideramos que o projeto foi demasiado breve no tempo para se afirmar com fidelidade que estas sejam permanentes.

Contudo consideramos que, com a continuidade deste projeto de intervenção ao nível teatral, poderíamos eventualmente provocar mudanças mais consistentes na vida dos seniores.

Da análise de dados, a nosso ver, ficaram claros alguns aspetos a considerar no desenvolvimento futuro de projetos de intervenção teatral com pessoas idosas. Assim, após um conhecimento do grupo, é fundamental que se faça uma seleção rigorosa dos exercícios e indutores a convocar na intervenção. É essencial compreender os limites físicos e psicológicos deste coletivo, numa perspetiva de respeito pela individualidade de cada um. Para além disso, como constatado, os exercícios mais apreciados são os que se revestem de um carácter lúdico e os que permitem relaxar o corpo e a mente. Consideramos ainda que o trabalho com as memórias deve ser alvo de uma planificação rigorosa. É fulcral que o animador teatral tenha um conhecimento bem fundamentado dos aspetos que permeiam este terreno tão delicado. Na ausência de formação especializada na área, poderemos correr o risco de “desarrumar” memórias e não saber como “arrumá-las”. No trabalho teatral com a terceira idade parece também ser valorizado, pelo menos na opinião dos participantes deste projeto, a utilização de recursos cômicos, guiões de textos pequenos e/ou a sua ausência, valorizando a representação mais ao nível corporal.

Após a realização deste trabalho de investigação consideramos que as diferentes técnicas e metodologias dos “teatros da animação teatral” são um contributo para o processo de envelhecimento do “novo” idoso que se quer ver reconhecido como cidadão de pleno direito, com voz ativa na sociedade em que se insere, com capacidade de aprender, de transmitir saberes, de transformar e de se transformar, em suma, de viver com qualidade este “tempo da vida” que é a terceira idade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

A

Alvarez, A., Silva, E., Vahl, E. & Silva S. (2010). Ressignificando a Arte no Envelhecer: Resgatando as Habilidades Artístico-Culturais dos Idosos. *Revista Eletrónica de Extensão*. (10), pp. 57-69.

Antunes, C. (2005). *A criação dramática: o fazer e o pensar – um estudo com futuros professores do 1º ciclo do Ensino Básico*. Tese de Doutoramento em Estudos da Criança, Instituto de Estudos da Criança da Universidade do Minho, Braga, Portugal.

Ander-Egg (2001). *Metodología y Práctica de la Animación Sócio-cultural*. Madrid: Editorial CCS.

B

Bandeira, A. (2009). Estudo de Avaliação das Necessidades dos Seniores em Portugal. In Fundação Calouste Gulbenkian (Autor). *O Tempo da Vida: Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. (pp. 135-149). Cascais: Princípia.

Bardin, L. (1991). *Análise de conteúdo*. (Trad. Reto, L. e Pinheiro, A.). Lisboa: Edições 70. (Obra original publicada em 1977).

Barros, C. (2006). *Bem-Estar Subjectivo, Actividade Física e Institucionalização em Idosos*. Dissertação para provas de Mestrado no ramo de Ciências do Desporto. FADEUP: Edição da autora.

Bento, A. (2003). *Teatro e Animação. Outros percursos de desenvolvimento sócio-cultural no Alto Alentejo*. Lisboa: Edições Colibri.

Boal, A. (1977). *Duzentos e tal Exercícios e Jogos para o actor e o não actor com ganas de dizer algo através do Teatro*. Lisboa: Vozes na Luta – Cooperativa de Acção Cultural SCARL.

Boal, A. (2007). *Teatro do Oprimido e outras poéticas políticas*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.

Bodgan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em Educação. Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.

Bonfim, C. & Saraiva, M.(1996). *Centro de dia. Condições de localização, instalação e funcionamento*. Lisboa: Direcção-Geral da Acção Social - Núcleo de Documentação Técnica e Divulgação.

Bonfim. C. & Veiga, S. (1996). *Serviços de Apoio Domiciliário. Condições de localização, instalação e funcionamento*. Lisboa: Direcção-Geral da Acção Social - Núcleo de Documentação Técnica e Divulgação

Brandes, D. & Phillips, H. (1977). *Manual de Jogos Educativos. 140 jogos para professores e animadores de grupo*. Lisboa: Moraes Editores.

Bugalho, M. (2006). *Relatório de Actividades PAII - 2006*. Lisboa: Instituto da Segurança Social.

C

Cabral, P. & Lopes, R. (2002). *Idosos reconstruindo-se com suas histórias*. Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia, Pontifícia Universidade Católica, São Paulo, Brasil.

Camarano, A & Pasinato, M. (2004). O envelhecimento populacional na agenda das políticas públicas. In A. Camarano (Org.). *Os Novos idosos brasileiros: Muito Além dos 60?* (pp. 254-292). Instituto de Pesquisa Económica Aplicada: Rio de Janeiro.

Caride, J. A. & Pose, H. (2006). Diseño y desarrollo de programas de animación teatral. In J. Caride e M. Vieites (Coords). *De la educacion social a la animación teatral*. (pp. 253- 273). Gijón: Ediciones TREA, S.L..

Caride, J. A. & Vieites, M. (Coords) (2006). *De la educacion social a la animación teatral*. Gijón: Ediciones TREA, S.L..

Carrilho, M. J. & Gonçalves, C. (2007). Envelhecimento crescente mas espacialmente desigual, *Revista Estudos Demográficos* n.º 40, pp. 21-38, INE, Lisboa

Carrilho, M. J. & Patrício, L. (2002). O envelhecimento em Portugal: situação demográfica e sócio-económica recente das pessoas idosas, *Revista Estudos Demográficos* n.º 32, pp. 185-208. INE, Lisboa.

Carrilho, M. J. & Patrício, L. (2009). A Situação Demográfica Recente em Portugal, *Revista Estudos Demográficos* n.º 48, pp. 101-145, INE, I.P. Lisboa.

Centro de Informação das Nações Unidas em Portugal (2002). *Direitos Humanos e Pessoas Idosas*. Genebra: Serviço de Informação das Nações Unidas.

Cohen, L. & Manion, L. (1990). *Métodos de Investigación Educativa*. Madrid: La Muralla, S.A..

Comissão das Comunidades Europeias (1999). *Uma Europa para todas as idades - Promover a prosperidade e a solidariedade entre as gerações* (Comunicado da Comissão). Bruxelas: Autor.

Cunha, M. (2000). *Animação Educativa através do Teatro: um projecto de intervenção na área de educação de adultos*. Dissertação de Mestrado em Educação na Especialidade de Educação de Adultos, Instituto de Educação e Psicologia da Universidade do Minho, Braga, Portugal.

Cunha, H. (2009). *Envelhecer com qualidade*. Dissertação de Mestrado em Educação na Área de especialização em Educação de Adultos e Intervenção Comunitária, Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho, Braga, Portugal.

D

Daniel, F. (2006). O Conceito de Velhice em Transformação. *Interacções*, nº 10, pp. 113-122.

E

Eiras, N; Ayres, J.; Silva, M.; Santos, L. & Paulino, L. (2004, Setembro 12 a 15). Esquetes Teatrais: Questões Intergeracionais em Debate. *Anais do 2º Congresso Brasileiro de Extensão Universitária*, Belo Horizonte, Brasil.

F

Fazenda, M. (2007). *Dança Teatral. Ideias, Experiências, Acções*. Lisboa: Celta Editora.

Fernandes, A. (1997). *Velhice e Sociedade: demografia, família e políticas sociais em Portugal*. Oeiras: Celta Editora.

Ferraz A. & Peixoto, M. (1997) Qualidade de vida na velhice: estudo em uma instituição pública de recreação para idosos. *Rev.Esc.Enf.USP*, Vol.31, n.2, pp. 316-38.

Ferreira, M. (2006). Memória e Velhice: do lugar da lembrança. In M. Lins de Barros (Org.). *Velhice ou Terceira Idade? Estudos antropológicos sobre identidade, memória e política*. Rio de Janeiro: Editora FGV.

Ferrigno, J. (2006). Trabalho social com idosos: Apresentação da experiência pioneira do SESC na área do lazer e da cultura. *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFScar*, Vol. 14, n.1, pp. 23-31.

Flick, U. (2005). *Métodos Qualitativos na Investigação Científica*. Lisboa: Monitor

Fonseca, A. L. S. (2000). *A vertente artística no âmbito das Universidades da Terceira Idade: um Estudo de Caso*. Dissertação de Mestrado na Área de Educação de Adultos, Instituto de Educação e Psicologia da Universidade do Minho, Braga, Portugal.

Fonseca, A. M. (2004a). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores.

Fonseca, A.M. (2004b). *O Envelhecimento: uma abordagem psicológica*. Lisboa: Universidade Católica Editora.

Fonseca, A. M. (2009). Que vida depois da reforma? In Fundação Calouste Gulbenkian (Autor). *O Tempo da Vida: Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. (pp. 151-159). Cascais: Príncipia.

Fontaine, R. (2000). *Psicologia do Envelhecimento*. (J. de Almeida, Trad.) Lisboa: Climepsi Editores. (Obra original publicada em 1999).

Fundação Calouste Gulbenkian (2009). *O Tempo da vida – Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. Cascais: Príncipeia.

G

Galinha, I & Pais Ribeiro, J. (2005). História e Evolução do conceito de bem-estar subjectivo. *PSICOLOGIA, SAÚDE & DOENÇAS*, Vol.6, n.2, pp.203-214.

Gaspar, J. (2009). O Envelhecimento e a dinâmica demográfica na Europa – Posicionando Portugal. In Fundação Calouste Gulbenkian (Autor). *O Tempo da Vida: Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. (pp. 53-75). Cascais: Príncipeia.

Giacomoni, C. (2004). Bem-estar subjetivo: em busca da qualidade de vida. *Temas em Psicologia da SBP*, Vo.12, n.1, pp. 43-50.

Ghiglione, R. & Matalon, B. (2001). *O Inquérito. Teoria e Prática*. Oeiras: Celta Editora.

Gómez J. (1997). Paradigmas Teóricos na Animação Sócio-cultural. In J. Trilla (Coord.). *Animação Sócio-cultural: Teorias, Programas e Âmbitos*. (pp. 45-63). Lisboa: Instituto Piaget.

Gonçalves, D.; Albuquerque, P. & Martín, I. (2008). Reminiscência enquanto ferramenta de trabalho com idosos: Vantagens e limitações. *Análise Psicológica*, Vol. 1, n. 26, pp. 101-110.

Grinspun, M. & Azevedo, N. (2000, Setembro). *Subjectividade, contemporaneidade e educação: a contribuição da psicologia da educação*. Trabalho aprovado para a 23ª Reunião Anual da ANPEd, Rio de Janeiro, Brasil.

Guerra, I. (2006). *Pesquisa qualitativa e Análise de Conteúdo: Sentidos e formas de uso*. Estoril: Príncipeia.

H

Hébert, M., Goyette G. & Boutin, G. (2008). *Investigação Qualitativa. Fundamentos e Práticas*. (Reis, M.J, Trad.) Lisboa: Instituto Piaget. (Obra original publicada em 1990).

Hill, M. & Hill, A. (2008). *Investigação por questionário*. Lisboa: Edições Silabo.

Instituto Nacional de Estatística (2002, Outubro 21). Censos 2001. In *Destaque do INE*. INE: Lisboa.

Jacob, L. (2007) *Animação de Idosos. Actividades*. Porto: Âmbar.

Junior, G. (2005). Sobre alguns conceitos e características de velhice e terceira idade: uma abordagem sociológica. *Linhas*, Vol.6, n.1. pp. 1-14.

Leeson, G. (2009). Educação e Aprendizagem ao longo da vida. In Fundação Calouste Gulbenkian (Autor). *O Tempo da Vida: Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. (pp. 265-286). Cascais: Príncípa.

Lopes, M. (2006). *Animação Sócio-cultural em Portugal*. Amarante: Gráfica do Norte.

Loureiro, M. & Peixinho, H. (1992). *Expressão Dramática. Pequeno Manual*. Setúbal: Instituto Superior de Educação de Setúbal.

Martin, A. (2007). Gerontologia Educativa: Enquadramento disciplinar para o estudo e intervenção socioeducativo com idosos. In A. Osório & F. Pinto (Coord.). *As pessoas Idosas. Contexto Social e Intervenção Educativa*. (pp. 47-73). Lisboa: Instituto Piaget.

Martin, I; Gonçalves, D.; Silva, A.; Paul C. & Pinto Cabral, F. (2007). Políticas sociais para a terceira idade. In A. Osório & F. Pinto (Coord.). *As pessoas Idosas. Contexto Social e Intervenção Educativa*. (pp. 131-179). Lisboa: Instituto Piaget.

Mercadante, E.; Ferreira, N., Pagenotto, M. & Ferraz, I. (2008). Subjectividade: uma noção transformadora para pensar a velhice. *Temas livres do III Congresso Internacional de Psicopatologia Fundamental e IX Congresso Brasileiro de Psicopatologia Fundamental*, São Paulo, Brasil.

Ministério da Segurança Social e do Trabalho (2002). *Prevenção da Violência Institucional. Perante as pessoas idosas e as pessoas em situação de dependência*. Lisboa: Instituto para o desenvolvimento social.

Mota, I. (2009). O Tempo da Vida – Abertura. In Fundação Calouste Gulbenkian (Autor). *O Tempo da Vida: Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. (pp. 17-20). Cascais: Principia.

Muniz, M. (2010). Biografias Cénicas: o ensino do teatro a partir da memória com o público da terceira idade. *Anais do VI Congresso da Associação Brasileira de Pesquisa e Pós-Graduação em Artes Cénicas 2010*, Brasil.

N

Naciones Unidas (2002). Segunda Asamblea Mundial Sobre el Envejecimiento. *Informe de la Segunda Asamblea Mundial sobre el envejecimiento*. Nueva York: Autor. Recuperado a 19 de Outubro, 2010, de <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N02/397/54/PDF/N0239754.pdf?OpenElement>

O

Oliveira, V.; Gavira, M. & Araújo, R. (2001) *Análise do grau de satisfação dos idosos em relação às suas opções de lazer, cultura e educação em Campo Grande*. Brasil: Universidade Federal de Mato Grosso do Sul.

Organização Mundial de Saúde (2002). Envejecimiento activo: un marco político. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, Vol.37, n. S2, pp. 74-105.

Osório, A. (2004). Animação na Terceira Idade. In J. Trilla (Coord.) *Animação Sócio-cultural: Teorias, programas e âmbitos*. Lisboa: Instituto Piaget, pp. 251-263.

Osório, A. (2007). Os idosos na sociedade actual. In A. Osório & F. Pinto (Coord.). *As pessoas Idosas. Contexto Social e Intervenção Educativa*. (pp. 11-46). Lisboa: Instituto Piaget.

P

Palmar, I. (2002). *Teatro Interactivo: Seniores e Saúde (HATS): O Teatro Interactivo como modelo educativo comunitário* [Manual]. Canada: SHARE Awards, GlaxoSmithKline e University of Pennsylvania's Institute on Aging.

Passatore, (2000). A formação do animador teatral. In J. A Gómez; J. Martins; M. Vieites (Coords.) *Animação Teatral: Teoria e Prática*. (pp. 325-336). Porto: Campo das Letras, Editores, S.A.

Peixoto, C. (2007). Entre o estigma e a compaixão e os termos classificatórios: velho, velhote, idoso, terceira idade... In M. Lins de Barros (Org.). *Velhice ou Terceira Idade? Estudos antropológicos sobre identidade, memória e política*. (pp. 69-84). Rio de Janeiro: Editora FGV

Pérez Serrano, G. (1994). *Investigacion cualitativa I: Retos e Interrogantes: Metodos*. Madrid: S.A. Editorial La Muralla.

Pinto, A., Soares, C., Vaz, F. & Marques, O. (2003). *Interagir. Técnicas de animação*. Porto: Edições Salesianas.

Portella, M. & Ormezzano, G. (2010, Fevereiro/Julho). Arte-terapia no cuidado gerontológico: reflexões sobre vivências criativas na velhice e na educação. *Revista Transdisciplinar de Gerontologia*, Vol.III, n.2, pp. 61-80.

Pose, H. (2000). Educação não formal e teatro: propostas de espaços para o desenvolvimento profissional da animação teatral. In J. A Gómez; J. Martins; M. Vieites (Coords.) *Animação Teatral: Teoria e Prática*. (143-190). Porto: Campo das Letras, Editores, S.A.

Q

Quivy, R., Campenhoudt, L. (2003). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.

R

Reis, L. (2005). *Expressão Corporal e Dramática*. Lisboa: Setecaminhos.

Resende, M.; Ferreira, A.; Naves, G.; Arantes, F.; Roldão, D.; Sousa, K. & Abreu, S. (2010). Envelhecer atuando: bem-estar subjetivo, apoio social e resiliência em participantes de grupo de teatro. *Fractal: Revista de Psicologia*. Vol. 22, n.2, pp. 591-608.

Robert, L. (1995). *O envelhecimento. Factos e teorias*. (F. Oliveira, Trad.). Lisboa: Instituto Piaget.

Rodrigues, C. (2009). *Animação de seniores: uma iniciativa educativa numa universidade de terceira idade*. Relatório de Estágio para obtenção do grau de mestre em Ciências da Educação, na área de

Especialização em Formação de Adultos, Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Portugal.

Rocha, M. (2009, Junho). O Envelhecimento Activo - uma análise à luz de uma ética educativa crítica. *A Terceira Idade*, Vol.20, n.45, pp. 38-52.

S

Sá, C. X. (2005). *Imagens sobre a velhice*. Satão.

Sales, S.; Oliveira, R. & Lemos, C. (2004, Outubro 13, 14 e 15). Produção literária teatral na terceira idade. *Anais do II ENLETRARTE – Encontro Nacional de Professores de Letras e Artes*, Brasil.

São Pedro Lopes, M. (2006). *O Saber dramático: A Construção e a Reflexão na Formação de Professores do 1º Ciclo do Ensino Básico*. Tese de Doutoramento em Estudos da Criança, Instituto de Estudos da Criança da Universidade do Minho, Braga, Portugal.

Serrano, G. (2004). Metodologias de Investigação em Animação Sócio-cultural. In Trilla, Jaume (Coord.). *Animação Sócio-cultural: Teorias, Programas e Âmbitos*. (pp. 101-119). Lisboa: Horizontes Pedagógicos - Instituto Piaget.

Schaie, & Willis, S. (2003). *Psicología de la Edad Adulta y la Vejez*. (M. Soria, Trad.) Madrid: Pearson Educación, S.A. (Obra original publicada em 2002).

Silva, C. (2009). O Tempo da Vida – Abertura. In Fundação Calouste Gulbenkian (Autor). *O Tempo da Vida: Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. (pp. 25-29). Cascais: Príncipia.

Silva, S. (2009). *Envelhecimento Activo: Trajectórias de Vida e Ocupações na Reforma*. Tese de Mestrado em Sociologia, Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra, Portugal.

Simões, A. (2010). *A influência da animação artística na qualidade de vida dos idosos*. Trabalho de Projecto da Defesa Pública para a obtenção do grau de mestre em Animação Artística, Escola Superior de Bragança, Portugal.

Simões, C. (1999) *Velhice: Realidade viva ou imagem sofrida?* Dissertação de mestrado em Saúde Pública apresentada à Faculdade de Medicina de Coimbra, Portugal.

Soares, C. (2010). Teatro Renascer: Diário de Bordo. *Anais do VI Congresso da Associação Brasileira de Pesquisa e Pós-Graduação em Artes Cênicas 2010*, Brasil.

Souza, J. & Chaves, E. (2005). O efeito do exercício de estimulação da memória em idosos saudáveis. *Rev Esc Enferm USP*, Vol.39 n.1, pp. 13-9.

Stake, R. (2007). *A Arte da investigação com estudos de caso*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

T

Tamer, N. & Petriz, G. (2007). A qualidade de vida dos idosos. In A. Osório & F. Pinto (Coord.). *As pessoas Idosas. Contexto Social e Intervenção Educativa*. (pp. 181-201). Lisboa: Instituto Piaget.

Teixeira, T. (2007). *Dimensões Sócio Educativas do Teatro do Oprimido: Paulo Freire e Augusto Boal*. Tese para obtenção de doutoramento em Educação e Sociedade, Departamento de Pedagogia Sistemática e Social da Universidade Autónoma de Barcelona, Espanha.

U

Úcar, X. (1992). *El teatro en la animación sócio-cultural: técnicas de intervenção*. Madrid: Editorial Diagrama.

Úcar, X. (2000). La evaluación de Actividades y Proyectos de Animación Teatral. *RELIEVE*, Vol. 6, n.1, pp. 1-23

Úcar, X. (2006). Los teatros de la animación teatral desde una perspectiva socioeducativa. In J. Caride e M. Vieites. *De la educacion social a la animación teatral*. (pp.119-151). Gijón: Ediciones TREA, S.L..

United Nations (1982). *Report of the world assembly on aging*. New York: United Nations. Recuperado a 19 de Outubro 2010, de:

<http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N82/235/77/PDF/N8223577.pdf?OpenElement>

United Nations (1992). *Global targets on ageing for the year 2001: a practical strategy*. Report of the Secretary-General (A/47/339).

Recuperado a 09 de Agosto 2011, de:

<http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N92/332/26/PDF/N9233226.pdf?OpenElement>

V

Valente. C. (2010). *Participação através da Animação Sócio-cultural: intervenção com idosos*. Dissertação de Mestrado em Ciências da Educação, na área de especialização em Educação Social e Intervenção Comunitária, Universidade de Aveiro, Departamento de Ciências da Educação, Aveiro, Portugal.

Valentini, M. & Ribas, K. (2003, Janeiro/Junho). Terceira Idade: Tempo para semear, cultivar e colher. *Analecta*, Vol.4, n.1, pp. 133-145.

Vallicrosa, J. (2004). Técnicas de intervenção na animação sócio-cultural. In Trilla, Jaume (Coord.). *Animação Sócio-cultural: Teorias, Programas e Âmbitos*. (pp. 189-203). Lisboa: Horizontes Pedagógicos - Instituto Piaget.

Vaz, E., Silva, B. & Sousa, I. (2003). Configurações de vida na Velhice. *ANTROPOlógicas*, nº 7, pp. 181-209.

Veloso, E. (2008, Junho 25 a 28). A análise Política da Terceira Idade em Portugal, de 1976 a 2002. *VI Congresso Português de Sociologia - Mundos Sociais: Saberes e Práticas*, número de série: 412, pp. 1-12, Universidade Nova de Lisboa - Faculdade de Ciências Sociais e Humanas.

Venâncio, B. (2010). Aparentamentos para a construção de espetáculo com idosos não-atores. *Anais do VI Congresso da Associação Brasileira de Pesquisa e Pós-Graduação em Artes Cênicas 2010*, Brasil.

Venâncio, B. (2008). Breve Dramaturgia da Memória: oficina de teatro com idosos. *Estudos interdisciplinares envelhecimento*, Vol.13, n.2, pp. 291-300.

Venâncio, B. (2006a). Espectáculos de Memória: Oficina de Teatro com idosos. *Primer Premio – Categoría Personas Naturales, 2ª Ed. Concurso “Una Sociedad para todas las edades*. Brasil.

Venâncio, B. (2006b). Registo cénico de memórias de velhos. *InterAÇÕES – Cultura e Comunidade*, Vol.1, n.1, pp. 141-155.

Venâncio, B. (2001). Teatro de Lembranças. *Niterói*, Vol.2, n.1, pp. 49-58.

Ventosa Pérez, V. (1990). *Animación teatral: teoría, metodología y práctica*. Madrid: Editorial Popular.

Ventosa Pérez, V. (1996). *La expresión dramática como medio de animación en educación social: Fundamentos, técnicas y recursos*. Salamanca: Amarú Ediciones.

Ventosa Pérez, V. (2006). De la animación sócio-cultural a la animación teatral (un camino de ida y vuelta). In J. Caride e M. Vieites. *De la educación social a la animación teatral*. (pp. 99-118). Gijón: Ediciones TREA, S.L..

Vieites, M. (2000). Fontes, finalidades, tipologias e objectivos em animação teatral. Alguns elementos dispersos para construir uma teoria da animação teatral. In J. A Gómez; J. Martins; M. Vieites (Coords.) *Animação Teatral: Teoria e Prática*. (pp.73-143). Porto: Campo das Letras, Editores, S.A.

Vieites, M. (2006). Teorías y Teoría de la Animación Teatral. In Caride, J.; Vieites, M.. (Coords) (2006). *De la Educación Social a la Animación Teatral*. Gijón: Ediciones Trea.

Vilar, E. (2009). Prefácio de “O Tempo da Vida”. In Fundação Calouste Gulbenkian (Autor). *O Tempo da Vida: Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. (pp. 11-14). Cascais: Príncipia.

W

Wilson, C. (2009). O Envelhecimento no Séc. XXI – Perspectivas Demográficas. In Fundação Calouste Gulbenkian (Autor). *O Tempo da Vida: Fórum Gulbenkian de Saúde Sobre o Envelhecimento 2008/2009*. (pp. 33-49). Cascais: Príncipia.

Y

Yin, R. (2004). *Estudo de caso: planeamento e métodos*. Porto Alegre.

LEGISLAÇÃO CONSULTADA

Circular normativa n° 13 de 02/07/04. (2004). *Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas*. Consultado a 22 de Outubro, 2010, em <http://www.portaldasaude.pt/NR/rdonlyres/1C6DFF0E-9E74-4DED-94A9-F7EA0B3760AA/0/i006346.pdf>

Lei n° 4/2007, de 16 de Janeiro. (2007). *Lei de Bases da Segurança Social*. Consultado a 22 de Outubro, 2010, em <http://static.publico.clx.pt/docs/economia/Leibasessegurancasocial.pdf>

Despacho n.º 25606/2008. (2008). *Programa de Apoio Integrado a Idosos (PAII)*. Consultado a 22 de Outubro, 2010, em http://195.245.197.196/preview_documentos.asp?r=20768&m=PDF

Resolução n° 45/106 de 14 de Dezembro de 1990 (1990). *Ejecución del Plan de Acción Internacional sobre o Envejecimiento y actividades conexas*. Consultado a 22 de Outubro, 2010 em <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/RESOLUTION/GEN/NR0/572/69/IMG/NR057269.pdf?OpenElement>

Resolução n° 47/5 de 16 de Outubro de 1992 (1992). *Proclamación sobre el Envejecimiento*. Consultado a 07 de Novembro, 2010, em <http://www.un.org/spanish/documents/ga/res/47/list47.htm>

Resolution 46/91 16 December (1991). *United Nations Principles for Older Persons. To add life to the years that have been added to life*. In Implementation of the Internacional Plan on Ageing and related activities. Consultado a 08 de Novembro, 2011, em <http://www.un.org/documents/ga/res/46/a46r091.h>

ANEXOS

Enquadramento

A promoção do envelhecimento ativo afigura-se central nos nossos dias perante o progressivo envelhecimento da população e aumento da esperança média de vida, sendo fundamental ser acompanhada pela melhoria ou manutenção da saúde e da qualidade de vida. É neste contexto que surge a importância de políticas sociais que promovam modos de vida mais saudáveis em todas as etapas da vida, favorecendo a prática de atividades físicas e cognitivas e a participação social.

O termo “envelhecimento ativo” surge no final dos anos 90, definido pela OMS como o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, no sentido de aumentar a qualidade de vida durante o envelhecimento. O envelhecimento ativo permite que as pessoas percebam o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do seu percurso de vida.

Programas e projetos de envelhecimento ativo são necessários para permitir que as pessoas continuem a trabalhar de acordo com as suas capacidades e preferências, à medida que envelhecem e para prevenir e retardar incapacidades e doenças crónicas que são caras para os indivíduos, para as famílias e para o sistema de saúde.

Em suma, o envelhecimento ativo é determinado por vários aspetos: por questões relacionadas com os sistemas de saúde e serviços de ação social, pelas relações interpessoais; pelos estilos de vida; pelo ambiente físico; pelo ambiente social e pela situação económica.

Diagnóstico de Necessidades

Em termos de diagnóstico de necessidades, a escolha a realizar um projeto sobre envelhecimento ativo resulta essencialmente da combinação de três fatores/razões:

1º. As necessidades de intervenção sentidas pelas entidades que intervêm diretamente com este público, procurando dinamizar parcerias e metodologias de participação dos destinatários. A Instituição X apoia 105 idosos no âmbito das valências da terceira idade em Braga e Guimarães, apoia 20 pessoas com mais de 55 anos de idade no âmbito do projeto “Envelhecer com Qualidade”, dos quais 49 apresentam autonomia e referem vontade e necessidade de aceder a programas no âmbito do envelhecimento ativo. A Junta de Freguesia Y após trabalho desenvolvido em diversas atividades temáticas pontuais sentiu a necessidade de apoiar neste âmbito os idosos da freguesia. As cidades de Braga e Guimarães refletem a mesma problemática.

2º. O apoio aos idosos, associado ao progressivo envelhecimento da população é uma prioridade do Distrito de Braga, como referem os documentos produzidos pelas Rede Social e é uma preocupação dos municípios de Braga e Guimarães.

3º. O envelhecimento ativo é também uma linha estratégica priorizada pelo PNAI 2006-2008 e pelo Plano Nacional de Saúde 2004-2010.

Objetivos do projeto

Objetivos gerais:

- Promover a saúde e o bem-estar físico, social e mental dos cidadãos seniores
- Promover o envelhecimento ativo dos cidadãos seniores
- Sensibilizar para a alimentação saudável
- Incentivar a prática de exercício físico na Terceira Idade
- Combater a solidão na Terceira Idade
- Incentivar a participação cívica ao longo da vida através do voluntariado
- Fomentar as vivências em grupo como formas de integração social
- Promover a capacidade criadora e o espírito de iniciativa
- Dinamizar o trabalho em rede.

Objetivos específicos:

- Dinamizar atividades a 1200 cidadãos seniores de Braga e Guimarães
- Promover a saúde através da informação e sensibilização para a necessidade da alimentação saudável e prática de exercício físico
- Formar 60 técnicos de instituições de Braga e Guimarães para a temática da promoção da saúde
- Desenvolver parcerias com entidades, públicas e privadas
- Desenvolver oficinas temáticas para seniores
- Diversificar os serviços prestados à terceira idade pela Instituição X.

Público-alvo /Destinatários

- **1200 Seniores** autónomos, independentes e beneficiários/clientes da Rede Solidária de respostas sociais promovidas pelas entidades parceiras. Seniores, pertencentes a grupos de

risco e vulneráveis, residentes em zonas degradadas ou deprimidas das cidades de Braga e Guimarães. Cada entidade parceira encaminhará um grupo de participantes por atividade.

- Ser autónomo, isto é ter a capacidade de tomar e executar decisões deliberadas (controlo) para satisfazer necessidades e atingir objetivos, de forma consistente com os valores individuais.
- Ser independente, ou seja ser capaz de satisfazer/ exercer autonomamente as atividades da vida diária. Diz respeito à autonomia funcional da pessoa nos planos psicológico, físico e social. Neste projeto, são tidos em conta a capacidade de exercer “Atividades Básicas da Vida Diária” (ABVD) e “Atividades Instrumentais da Vida Diária” (AIVD) – conceitos de contexto Geriátrico e Gerontológico.
- **60 Técnicos** colaboradores em instituições de Braga e Guimarães que desenvolvam a sua atividade em valências ou projeto para seniores

Descrição sumária do Projeto - identificação das fases principais de desenvolvimento

Procurando levar a cabo os propósitos da OMS e do PNS, a Instituição X pretende desenvolver um projeto de promoção do envelhecimento ativo nas populações mais idosas. Esta ideia surgiu, por uma lado, na sequência do trabalho desenvolvido pela instituição na área da Terceira Idade, e por outro lado, na sequência do trabalho e reflexão conjunta com a Junta de Freguesia Y e outros parceiros sobre as necessidades desta população das cidades de Braga e Guimarães.

O projeto +SaúdArte pretende promover o envelhecimento ativo junto de 1200 seniores das cidades de Braga e Guimarães, num período de 12 meses, perspetivando-se posteriormente a eventual continuidade das ações. Pretende também formar 60 técnicos de instituições que desenvolvam atividade na área da terceira idade.

O projeto está dividido em seis fases:

1ª Fase – Reunião com parceiros e planeamento de implementação do projeto

A reunião de parceiros tem como objetivo principal planear detalhadamente a implementação do projeto e os seus interlocutores. Permite também apresentar a equipa de trabalho do projeto +SaúdArte.

2ª Fase – Planeamento da divulgação do projeto

Reunião de parceiros onde se planeia a divulgação, meios e ferramentas necessárias.

3ª Fase – Divulgação do projeto

Na divulgação do projeto pretendemos desenvolver as seguintes ações:

Conceber um folheto de sensibilização “Hábitos de vida saudável” na Terceira idade, com imagem apelativa e de fácil entendimento para a mensagem poder chegar ao maior número de seniores.

Convidar o Programa “Portugal no Coração” da RTP ou outro programa equivalente de estação televisiva, para cobrir os Dias da Ginástica em Braga / Guimarães e dar destaque ao exercício físico e alimentação saudável como promoção de saúde.

Divulgar o projeto e as suas atividades nas agendas culturais de Braga e Guimarães, rádios e imprensa local.

Divulgar o projeto e atividades nos Boletins informativos e sites de Internet dos parceiros envolvidos.

4ª Fase – Organização/ execução das ações

a) Dia da Ginástica com oferta de lanche saudável para 400 seniores

Esta atividade será realizada duas vezes por ano em cada cidade e no verão por se tratar de uma atividade de grande grupo, para abranger 100 seniores em cada atividade, ao ar livre no centro da cidade.

b) Workshop Alimentação Saudável e Nutrição para 160 seniores

Serão realizados 4 workshops por ano, em Braga e em Guimarães. O local definido será em espaços centrais nos Bairros Sociais ou noutros locais definidos, em conjunto com os parceiros, para ir ao encontro da população.

Cada Workshop abrange 20 seniores e será dinamizado através de sessão de informação, dinâmicas de grupo e metodologia participativa. Alargaremos convite a outras instituições que apoiem seniores com as mesmas características.

c) Ação de Formação formar 60 técnicos, num volume de formação de 2700 horas.

Composta por 3 módulos, 2 módulos a realizar em Braga e 1 módulo a realizar em Guimarães, para 60 técnicos de instituições que trabalhem em valências ou projetos para seniores:

Psicogerontologia – 50 horas

Promoção de hábitos de vida saudável – 50 horas

Alimentação e Nutrição na Terceira Idade – 35 horas

d) Rastreios de Saúde para 400 seniores

No início e final do projeto pretendemos realizar a 100 seniores em cada rastreio, 2 em Braga e 2 em Guimarães, com prestação de informação preventiva ao sénior. Pretende-se efetuar registo do sénior que efetuou o rastreio e comparar os dados recolhidos no início e fim do projeto de

modo a realizar estudos quantitativos sobre o sucesso da informação e sensibilização na mudança de comportamentos e hábitos de vida.

Rastreio de Saúde a realizar em simultâneo: Saúde Oral, Glicose, Colesterol, Triglicéridos, Tensão Arterial, e Podologia.

e) Oficinas temáticas para 240 seniores

Pretendemos criar Oficinas Temáticas que funcionarão em Braga e Guimarães, com a periodicidade de 1 vez por semana:

Ginástica: 15 seniores em Braga e 15 em Guimarães

Natação: 15 seniores em Braga e 15 em Guimarães

Caminhadas: 20 seniores em Braga e 20 em Guimarães

Música: 10 seniores em Braga e 10 em Guimarães

Pintura: 10 seniores em Braga e 10 em Guimarães

Bordados e Tecelagem: 15 seniores em Braga e 15 em Guimarães

Inglês: 10 seniores em Braga e 10 em Guimarães

TIC's: 15 seniores em Braga e 15 em Guimarães

Voluntariado Sénior: 10 seniores em Braga e 10 em Guimarães que ingressarão projetos de voluntariado em instituições.

5ª Fase – Avaliação e divulgação dos resultados

Avaliação intercalar realizada através de entrevistas e questionários aos seniores no sentido de averiguar a satisfação, impacto e possíveis ajustamentos do projeto.

Trabalho de investigação realizado em parceria com a cooperativa de ensino superior CESPU onde serão analisados dados qualitativos sobre a perceção da qualidade de vida e dados quantitativos relativos às medições de indicadores de saúde recolhidos nos rastreios e noutras atividades, numa amostra aleatória representativa de 240 seniores inscritos nas Oficinas Temáticas e Workshops de Alimentação Saudável e Nutrição.

Apresentação de resultados do projeto +SaúdArte e do trabalho de Investigação num Seminário que pretendemos realizar no final do projeto.

Fonte: Instituição X (2009)

Este questionário tem como objetivo fazer o levantamento dos dados sócio-demográficos dos participantes no Atelier de Teatro: sexo, idade, estado civil, habilitações literárias e perceber os interesses e motivações que os conduziram a inscrever-se no Atelier de Teatro. O seu preenchimento é anónimo e as informações aqui colocadas servirão de base para fins de planificação do projeto.

1. Sexo ☐ M ☐ F **2. Idade**

3. Estado civil

Solteiro (a)..... ☐

Casado (a)..... ☐

Divorciado (a)..... ☐

Viúvo (a)..... ☐

4. Habilitações literárias

Ensino Básico 1º ciclo (atual 4º ano, antiga 4ª classe)..... ☐

Ensino Básico 2º ciclo (atual 6º ano – antigo ciclo preparatório)..... ☐

Ensino Básico 3º ciclo (atual 9º ano – antigo 5º ciclo liceal)..... ☐

Ensino Secundário (atual 12º ano – antigo 7º liceal/ano propedêutico).. ☐

Ensino Pós- Secundário (cursos de especialização tecnológica, nível IV)... ☐

Bacharelato (inclui antigos cursos médios)..... ☐

Licenciatura..... ☐

Mestrado..... ☐

Doutoramento..... ☐

Outras _____

5. Agregado familiar

Cônjuge..... ☐

Filho (a)..... ☐

Sozinho (a)..... ☐

Outro (s) _____

6. Situação profissional atual

Empregado..... ☐ Explícite a sua profissão atual_____

Desempregado..... ☐

Reformado..... ☐

Outra_____

7. Que profissões exerceu ao longo da vida?

8. Como ocupa o seu tempo livre (a ver televisão, a ler, a praticar desporto, a dormir, a ir às compras...)

9. Quais são os seus principais interesses culturais

Teatro..... ☐

Música..... ☐

Dança..... ☐

Desporto..... ☐

Escultura..... ☐

Arquitetura.....

Cinema..... ☐

Outros_____

10. Que razões o levaram a inscrever-se neste Atelier (ocupar o tempo, realizar novas aprendizagens, conhecer outras pessoas, por questões de saúde...)

11. O que gostaria de fazer neste Atelier

Cantar..... ☐

Dançar..... ☐

Contar histórias..... ☐

Ler poemas..... ☐

Representar ☐

Outros.....

12. Que outras atividades frequenta? (na Instituição ou fora da mesma)

Grata pela sua colaboração

Carla Cunha

13 de novembro de 2010

Tema

Percepções dos seniores relativamente ao Atelier de Teatro do Projeto + *SaúdeArte*.

Objetivos:

- Conhecer a opinião geral do grupo de seniores relativamente à oferta do Atelier de Teatro;
- Recolher as percepções deste grupo de seniores relativamente à possível relação entre valorização pessoal e participação nas atividades teatrais;
- Identificar as possíveis aprendizagens em termos de comunicação e expressão realizadas pelos seniores no Atelier de Teatro;
- Conhecer as eventuais dificuldades sentidas pelos seniores durante o Atelier de Teatro;
- Perceber em que medida a participação nas atividades do Atelier de Teatro contribuiu para aumentar a satisfação pessoal dos seniores;
- Compreender se o Atelier de Teatro contribuiu para o bem-estar físico e psicológico dos seniores;
- Compreender se o Atelier de Teatro contribuiu para a sociabilidade dos seniores;
- Conhecer eventuais contributos ou benefícios do Atelier de Teatro para o usufruto de um tempo livre de qualidade;
- Conhecer as sugestões dos seniores para projetos semelhantes ao do Atelier de Teatro.

Entrevistados:

8 seniores com idades compreendidas entre os 57 e 67 anos, 5 do sexo feminino e 3 do sexo masculino, com níveis de escolaridade entre o 1º ciclo e Mestrado.

Entrevistadora: Carla Cunha (Mestranda em Animação Teatral)

Data: 04-06-2011

Meio de comunicação - oral (se consentida, gravada);

Local: Instituição X

1. A Instituição X ofereceu ao longo do ano vários tipos de atividades. Em quais participou?

1.2. Essa participação foi-lhe sugerida ou foi escolha sua?

1.3. No conjunto dos ateliers que frequentou em qual deles encontrou maior satisfação pessoal?

Porquê?

2. Que razões o levaram a inscrever-se no Atelier de Teatro? (Porque gostava de experimentar, porque não havia vagas noutras, porque gostava de voltar a fazer, etc.)

3. O que representou para si a vivência do Atelier de Teatro?

3.1. Aponte os aspetos positivos deste Atelier.

3.2. Aponte os aspetos menos positivos deste Atelier.

4. Considera que o Atelier de Teatro o ajudou a melhorar a sua forma de comunicação e expressão pessoal?

4.1. Se sim, explique essas melhorias.

5. Ao longo desta experiência teatral alguma vez sentiu dificuldades? Que tipo de dificuldades?

5.1. Em que fase deste processo?

5.2. Conseguiu ultrapassar algumas dessas dificuldades? Quais?

6. Algum do trabalho realizado no Atelier de Teatro passou pela evocação de memórias. Como se sentiu com isso?

7. Ao longo deste Atelier, foi falando com alguém fora do grupo sobre esta experiência?

8. A frequência do Atelier de Teatro acarretou algumas mudanças nos seus hábitos de vida?

8.1. Se sim, quais?

9. Considera que o Atelier de Teatro o ajudou em termos físicos e/ou psicológicos? Como?

10. Este Atelier contribuiu para estabelecer e/ou consolidar relações de amizade? De que forma?

11. Com o espetáculo “*Pedaços de Nós*” encerramos o Atelier de Teatro.

- 11.1. O que mais lhe agradou na experiência de criação deste espetáculo?
- 11.2. Como se sentiu na condição de “ator”?
- 11.3. Como sentiu a reação do público durante o espetáculo?
- 11.4. No final felicitaram-no pelo seu desempenho? Como se sentiu?
- 11.5. Ouviu comentários relativamente ao espetáculo? Que tipo de comentários?

12. Voltaria a repetir a experiência do Atelier de Teatro?

13. Apresente sugestões do que gostaria de fazer numa próxima edição do Atelier de Teatro.

Os participantes estão em círculo, sentados confortavelmente e agasalhados. Pede-se-lhe que fechem os olhos e que imagine o seguinte: (pedir para respirarem, sentirem o ar a entrar pelas narinas e a sair, que se concentrem na respiração, que se abstraiam dos pensamentos, que imaginem uma luz azul que entra quando inspiram e sai quando expiram...)

Vamos fazer uma viagem à caixa das lembranças...À nossa frente temos a caixa...Olhamos a caixa com muita atenção...De que cor é a caixa? É pequena? Grande? Sentimos o cheiro da caixa...A que cheira? Tocamos a caixa e sentimos a sua textura...a sua forma...É áspera? Macia? Dura? Mole? Abrimos a caixa e dela sai uma luz muito forte...e quente...Sentimos a luz...que nos convida a entrar...Devagar, muito devagar...entramos na caixa...Na caixa há muitas gavetas: cada uma corresponde aos anos da nossa vida...desde que nascemos até agora...Olhamos com muita atenção todas elas: 1 ano, 2 anos, 3 anos, 4 anos, 5 anos ... Mas há uma que nos prende o olhar...Qual é? Vamos olhar para essa gaveta... Fixamos o nosso olhar nela... Ela corresponde a um ano da nossa vida... Um ano muito importante...Algo aconteceu nesse ano muito importante para nós... O que foi? ... Vamos abrir essa gaveta...Entramos nela... O que vemos? O que cheiramos? O que sentimos?

Imaginemos como estamos vestidos...de que cor é a roupa...os sapatos...Como é o nosso cabelo...as nossas mãos, os nossos olhos. Fotografemos essa imagem...Não a deixemos fugir... Vamos caminhar...Como é o chão que piso...é verde...castanho...a que cheira? Continuamos a caminhar...Como é esse ambiente? Está calor? Está frio? Começamos a ouvir vozes...Prestamos atenção a essas vozes... São pessoas que nos acompanharam nessa data...pessoas importantes para nós...Quem são? Pensemos nos nomes delas... O que estão a fazer ali connosco? Continuamos a caminhar...calmamente...ouvimos música... é aquela música de que tanto gostamos...Vamos ouvir essa música... Sentimos essa música a invadir o nosso corpo...a nossa alma...e temos vontade de cantar...é a música que mais nos marcou nessa data... A música invade-nos o corpo com tanta energia que não resistimos e cantamos...cantamos com toda a nossa alma... cantamos...e continuamos a cantar.... A música termina... Continuamos a caminhar...Lentamente... Fazemos o caminho de volta... e voltamos a passar pelas pessoas que foram importantes nesse ano para nós...Continuam ali...Olhando-nos... Fotografamos essas pessoas...Sabemos como estão vestidas...que idade têm...quem são... o que fizeram connosco...a importância que tiveram...Continuamos a caminhar lentamente...Voltamos a pisar o chão que sentimos há pouco. Fotografamos esse chão, o que está à nossa volta...o calor, o frio que sentimos há pouco... Olhamos bem para essa imagem...Sentimos todos os cheiros, os sons...Continuamos a caminhar lentamente... Chegamos novamente à gaveta...lentamente, calmamente saímos dela... Fechamo-la...Fotografamos a gaveta...O ano que ela tem...Voltamos a sentir a luz... forte e quente...a caixa abre-se...saímos da caixa muito devagar...e voltamos a esta sala...lentamente espreguiçamo-nos...esticamos os braços...as pernas...o pescoço e lentamente...muito lentamente abrimos os olhos...

Fonte: Carla Cunha

Retalhos de Memórias induzidos por exercício “Caixa das lembranças”

“A primeira coisa que me veio à ideia naquele momento foi, quando eu tinha os meus 5/6 anos, tenho mesmo como um quadro, a figura do meu avô materno, um homem forte, rijo, já com os seus 70 e muitos e que, neste tempo, mais cedo talvez, lá por fins de outubro, setembro e até dezembro às vezes dependia que me vestia o capote e me dizia (...) atava-me a mão, na outra ponha-me um cestinho e íamos às castanhas e eu como fui sempre muito emotiva, desde pequena, lá ia. Mas o chão já estava cheio de folhas, portanto era um tapete, folhas de outono e eu não queria prosseguir. Coitadinhas das folhas. Eu ia a calcar as folhas, estragar as folhas e elas iam chorar.” (D. Laura)

“Eu senti-me num mar enorme de vivências e eu senti um apelo para as coisas positivas...porque o outro mar também é enorme. Então eu pronto fiquei marcado porque a minha mãe era professora e deslocou-se não muito (...) e eu quando era pequenino a família tínhamos casa num lado, depois arranjávamos casa onde ela dava aulas. Foi uma vivência muito rica, porque vivi sempre no campo. Nessa altura quando era pequenino era no campo, era afastado da cidade tinha uma tia na cidade que tinha uma casa muito bonita. Eu gostava muito de ir à cidade. A vivência para mim no campo foi muito positiva e então eu adorava andar lá à fruta, a correr para um lado e para o outro. Tinha muitas crianças e tive a sorte das pessoas que trabalhavam lá em casa... eram as melhores. Então, a minha mãe como era professora tinha uma empregada que me marcou muito, que era uma senhora moralmente fixe. E dedicou-se a mim...ficou ali. A minha mãe como era professora não me podia ligar nenhuma tive ali uma segunda mãe que foi fora de série e que me formou, os sentimentos, tudo, tudo isso. E então existia uma ligação naturalmente fantástica. Depois teve um cancro... Fui educado com animais, gatos, cães. Isto é extraordinário. Trepava às árvores, arranhava-me. O problema era chegar a casa arranhado. A minha mãe ainda me arranhava mais que ela era muito rígida. A minha mãe era muito dura, o meu pai nunca me bateu, mas a minha mãe era. Tinha de ser, tinha de ser. Eu tinha aquele raio protetor que se punha à frente. Eu era mesmo, eu gostava da Natureza, eu ficava louco com todos os animais. Ainda hoje gosto de animais. Para mim não há problema, nem de cobras, nem de ratos, nem de sapos... gosto de tudo e não gosto de matar nada. (Sr. David)

“Eu quando era pequenino, onde eu nasci praticamente era só casa era isolada. Em S. Pedro D’Este. Eu tenho 2 irmãos mais novos do que eu e era com quem eu brincava, que não havia mais crianças. A que brincávamos? Brincávamos aos médicos. Uns bogalhinhos, umas latinhas, Não havia nada.(...)

O meu irmão fazia de doente e eu de médico. Eu dava-lhe uma injeção. (...)

Pegávamos num pauzinho e espetávamos. Era o que havia.

Não havia lá mais crianças. Era só eu e os meus irmãos. Eu era o mais velho, era o chefe. Era o médico. Fazíamos de enfermeira. Fazíamos tudo. Era nos campos, havia animais.

Há uma que eu me lembro que não escrevi aqui. A minha mãe cozia pão e o meu quarto tinha (...) que dava lá para baixo para o forno. “Oh Mirinho vai me lá acima e mostra-me o relógio”, que era na altura de tapar a porta ao forno. Então eu não sabia as horas, mas lá tirava o relógio e lá vinha eu e fazia assim (mostra como se tivesse ao contrário) e a minha mãe dizia: “Vira mais para ali.” E eu virava e ela: “-pronto podes guardar”. Que eu não sabia as horas. Tinha aí uns 6/7 anos.

Fazíamos sempre um pãozinho pequenino com chouriço lá dentro e com toucinho (...) a gente andava sempre a dizer: “- Oh mãe quando se vai fazer o pão?”. Era uma alegria. Ali não havia talho. Era tudo feito em casa. Eu lembro-me bem de matarem o porco. Na altura de matar o porco, para a gente não ver espetar a faca, mandava-nos escorraçar os cães: “- Ide escorraçar o cão” (imita uma voz fininha) e nós lá íamos. Para nós não ouvirmos o porco. Mas ouvíamos e vínhamos a correr. Mas quando chegávamos o porco já estava morto.” (Sr. Casimiro)

“Quando eu era catraia, nós ao Domingo brincávamos à volta de uma capela...raparigas e rapazes. E então nós depois escrevíamos papeizinhos aos rapazes e entregávamos. E então nesse bilhete escrevíamos: “Vai-te carta, vai-te carta por esses ares além. Vai e anda me dizer se tu estás bem.”

Era um momento de muita alegria... Eu sempre vivi muito pobre, e ainda vivo. Mas na altura vestia uma saíinha, uma blusa, um avental à minha frente. Só quando comecei a crescer, ao Domingo de tarde é que já tirava o avental, depois de arrumar a cozinha e deixar a casinha arrumadinha é que eu tirava o avental. Então estávamos à volta da capela, raparigas e rapazes e andávamos ali a fazer rodas.

“Esta roda de mel”... A cantar.... E tudo. (...) Lembro-me desta:

Jardineiras floreiras, jardineiras, floreiras, vós que andais a vender

Vendemos cravos e rosas

Vendemos cravos e rosas

Raminhos de bem querer

Raminhos de bem querer

Tenho aqui muito dinheiro
Tenho aqui muito dinheiro
Nestas minhas algibeiras
Nestas minhas algibeiras
Mas não é para a senhora
Mas não é para a senhora

Que eu sou muito regateira
Que eu sou muito regateira
A apanhar as laranjinhas
A apanhar as laranjinhas
Para o infante brincar
Para o infante brincar.
O infante também brinca
O infante também brinca
No palácio do abade
No palácio do abade
Nunca vi mulher mentir
Nunca vi mulher mentir
Nem homem falar verdade
Bate sapatinho, bate aqui bate acolá
Bate sapatinho, bate aqui bate acolá
Quero dar 2 voltinhas trai la ri l la la
Quero dar 2 voltinhas trai la ri l la la

Eram rapazes e raparigas a cantar em volta da capela. Dávamos as mãos e andávamos à volta da capela a cantar. Só quando era para fazer a “laranjinha” e assim é que largávamos as mãos. Para fazer os gestos e assim. Dançávamos aos pares na parte da voltinha.

Era a nossa alegria, era ao Domingo de tarde que nos juntávamos ali todos, que durante a semana a gente trabalhava. Mas havia sempre um rapazinho de olho. Eu escrevia o papelinho, e metia assim escondido, fechado na mão, quando tivesse oportunidade dava-lhe.

Tinha para aí os meus 8/9 anos. Que eu comecei a servir para os lavradores e era também empregada doméstica na cidade. De maneira que devia ter 8/9 anos” (D. Helena).

“Há muitas coisas que me lembrei. Mas uma delas foi quando era pequenina, devia ter uns 5 anos. Eu estava a brincar no tanque, lavava paninhos. A minha mãe estava a lavar. E eu levantei-me, pus-me na beirinha do tanque e caí dentro e apanhei um susto muito grande. Naquele momento pensei que ia morrer. A minha sorte foi que a minha mãe veio a correr e depois de eu já ter bebido muito água... Pronto conseguiu levar-me para casa. Fiquei muito assustada, muito muito. Mas pronto. Correu tudo bem. A partir daí sempre que via o tanque, quando ia para a praia, ganhei sempre muito medo. Sempre tive muito medo e sufoco-me muito. Todas as vezes que estou dentro de água essa passagem vem a ideia. Foi este susto que eu apanhei. Lembro-me sempre quando estou na praia. Só tenho água até ao joelho porque lembro-me sempre dessa passagem. (...) Aquele momento de cair foi um susto tão grande que parece que ainda hoje me lembro.

Tenho muito medo. Quando querem que eu vá nadar, tenho muito medo, não estou segura. As pessoas querem me ajudar, mas eu não sinto segura. (...)

Era muito fundo. A minha mãe agarrou-me pela roupa. Lá me levou para casa. Ainda me lembro. As pessoas da minha idade. Todos queriam ver a Rosa e eu cheia de vergonha porque a minha mãe estava me a despir. E eu toda envergonhada. A minha mãe fechou a porta. Fiquei em casa sozinha, mas fiquei muito aconchegada, mas fiquei muito assustada. Podia ter morrido naquela altura. Ao longo da vida pensei naquilo muitas vezes. Podia ter morrido.

Esse foi o momento que mais me lembrei.” (D. Glória)

“Quando eu era pequeno. Ainda hoje sou pequeno (risos) era muito chegado a três irmãos que lá tinha, mais próximos. Nós somos uma família numerosa e havia 3 que estávamos mais chegados que era derivado à idade, não é? Eu sou o mais novo de todos. A seguir tenho uma irmã que tem um ano de diferença, depois tenho outra seguida, e eu. Nós andávamos sempre os 3 a brincar. Porque o meu falecido pai já estava cá a viver em Braga. Nós ainda estávamos na aldeia. Passado uns tempos... 3 irmãos, porque era uma aldeia que havia só duas casas... (...) uma casita mais pequena... (..) o meu pai. E eu era muito chegado a uma irmã e naqueles tempos a dificuldade financeira era enorme, em 1948. Os vestidos, a roupa dos meus irmãos...passávamos uns aos outros. E eu, muitas vezes, (...) os meus irmãos, a irmã e o irmão iam brincar, e deixavam-me a mim. E então eu chamava logo pelos 3 de uma vez. E então essa minha irmã que eu fui sempre muito chegado dela e ela de mim. Fomos os

mais chegados. Porque havia pouca diferença. Éramos quase gémeos. Quase sempre andávamos juntos. Viemos depois para Braga. Eu tinha mais ou menos 7 anos. Viemos os 3 mais novos juntos para Braga e ela foi para o Carandá ajudar uma irmã minha e eu fiquei na taberna com os meus falecidos aqui na Rua Cruz de Pedra. E sentia a falta dela. Claro que as dificuldades eram grandes, os filhos eram mais ou menos separados. Depois eu fiz a escola cá em Braga mas sentia sempre a falta dessa irmã.

Tinha 11 irmãos. (...)

A minha irmã foi para o bairro do Carandá. Na altura no nosso tempo era um bairro de lata, com casas de madeira e a fonte no meio. Iamos lá buscar água. E eu andava na escola aqui em Maximinos e sentia a falta dela, da companhia dela. Quando fomos separados começou a viver no Carandá. A outra irmã mais velha, havia uma grande diferença... de 20 anos. A minha irmã foi género de uma criada da minha outra irmã... ajudar na taberna. (...) E eu também ajudava os meus pais depois da escola...porque nesse tempo a gente ia só à escola de manhã e de tarde não havia escola. Ajudávamos os pais. Ou íamos brincar

E depois eu fui crescendo aqui. Ela arranhou lá um namoradito. Depois também tinha já as minhas meninas. Depois eu imigrei nos anos 60 que havia a Guerra no Ultramar. Eu fui clandestinamente para França com 16 anos. (...)

Lá sentia-me inseguro, porque eu não tinha o apoio dela. Brincávamos todos juntos, dormíamos todos juntos.

Mas costumava estar com a sua irmã? (Carla)

Sim ao Domingo. Sim mas poucas vezes. Porque o falecido pai era muito católico e fazíamos ir à missa e ao terço e etc. e foi uma infância muito triste. (...)

O pai começou a trazê-los pouco a pouco e os outros continuamos na aldeia com a mãe.

Depois viemos para Braga. A mãe veio também.

Viemos todos e só ficou o irmão mais velho que ainda hoje vive na casa das terras do falecido pai.

Mas então como se separou dessa irmã? (Carla)

Suponho eu que o meu pai queria que ela comesse já a trabalhar a ajudar outra irmã mais velha que tinha uma taberna, no Carandá. E assim já não estava ao sustento dele.

(...) (Sr. José)

Retalhos de Memórias induzidos por objetos

D. Laura – boneco muito pequenino

Sr. Casimiro – balança

Sr. David – foto da dança

Sr. José – isqueiro (que lhe deu a irmã)

D. Glória – paninho (que lhe deu a madrinha que também era madrinha da mãe dela)

“Foi nos anos 70 a minha madrinha que me deu este presente. Fiquei muito contente e guardei para o meu enxoval. Guardei com muito gosto, porque fiquei orgulhosa de ela repartir o enxoval dela comigo. Este objeto faz-me lembrar muito a minha madrinha. Ela vivia em Lisboa e ficava muitos anos sem vir a Braga e quando vinha, para nós era uma alegria muito grande porque trazia-nos sempre umas prendinhas. E ela era uma senhora muito fina pela maneira de falar e de vestir. Eu gostava muito de a ouvir. E quando vinha passar cá umas férias, vinha sempre para casa dos meus pais... lembro-me quase todos os dias dela” (D. Glória).

“O meu objeto é uma balança que eu lembro-me perfeitamente, foi em 1950, 52/54, tinha eu 4/5 anos e a minha mãe pedia-me: “Mirinho vai buscar a balança. Quero pesar isto”. Eu lá segurava na balança e a minha mãe lá pendurava ... mas lembro-me perfeitamente como se fosse hoje. E portanto, eu guardo-a com muito amor...

Tem um significado grande porque sempre que olho para ela lembro-me os tempos da infância, quando era pequenino. Recordo muito a minha mãe. Estimo-a muito. Vou estimá-la sempre” (Sr. Casimiro)

“Este objeto tem muito valor na minha vida, tem muito valor sentimental. Foi-me oferecido por uma pessoa muito próxima. Eu o guardarei como uma recordação para o resto da minha vida” (Sr. José)

C.O.: O Sr. José refere que o objeto lhe foi dado pela irmã e que lhe recorda muito a irmã.

Recorda-lhes as últimas palavras da sua irmã ...

“Ora ligado a esta atividade que estamos a fazer que me está a tocar muito para a qual eu não sinto grande vocação... Mas sinto a alegria de poder partilhar com as outras pessoas...Aconteceu que quando eu me reformei senti um vazio muito grande. Eu trabalhava muito, fazia muitas horas (...)

E numa festa conheci a dança. Mas eu não era artista nenhum. Eu gostei muito daquilo, depois frequentei várias escolas e pronto tenho aqui uma fotografia (...) era a minha paixão...e levava-me àquilo a que eu considerava artistas...

O meu interesse eram os grupos de dança, íamos almoçar, jantar, íamos a sítios maravilhosos (...) eu aproximava-me daqueles que dançavam bem. Isto foi uma coisa muito mundana mas muito bonita. É inevitável que estas coisas acabem (...) agora estamos numa época diferente (...) e inclusive andei numa escola que tinha professores de determinados países e fazia-se uma visita anual a estes países (...)

A ideia é eu gostei muito daquele convívio (...)” (Sr. David)

“Era dia 05 de setembro de 1965, à beira mar, descalços, caminhávamos na areia húmida. De repente, colocaste-me na mão uma caixa... e disseste: “- Não podes abrir. Só o farás daqui a um tempo” Contive a minha curiosidade e daí a um mês... Passou um mês e foi-me dito para abrir o único presente e esse presente que é isto significava alguém que partia mas que me levava presinha por uma orelha e isto velhinho que está, já sem as cores primitivas, mas ainda continua comigo, como se a pessoa que mo ofereceu estivesse aqui...Mas não está... (D. Laura)

Reconto da história “O velho, o menino e o burro”

Caminhavam um menino, um velho e um burro. As pessoas comentavam porque não iam eles em cima do burro. Então eles montaram o burro.

Logo a seguir, passaram por umas pessoas que disseram:

- Tem algum jeito!? Os dois em cima do burro. Aquele peso todo. Coitado do burro!

Assim, perante aquele comentário, o velho saltou para o chão e continuaram o seu caminho.

Mais à frente, passaram por umas pessoas que disseram:

- Se tem algum jeito. O rapaz que tem boas pernas vai em cima do burro e o velho, coitadinho, vai a pé.

Assim, perante tal comentário, o velho, pôs o menino no chão e montou o burro.

Mais à frente passaram por mais uma pessoas que disseram:

- Se tem algum jeito. O velho a “cavalo” e o menino, tão pequenino, no chão.

Perante esta situação o velho disse ao menino:

- Olha meu menino nunca ninguém consegue calar o povo. Nunca está bem com o que tem.

Por isso, vamos fazer as coisas à nossa maneira e vamos os dois em cima do burro. E o povo que se dane.

Assim, puseram-se os dois em cima do burro e continuaram o seu caminho...

Moral da história: Nunca ninguém está bem com o que tem.

(História recontada por D. Teresa e Sr. David)

Poema “A Barca Bela”

Quem quer ver a Barca Bela,

Que se vai deitar ao mar,

Nossa Senhora vai nela

Os anjinhos a remar.

S. Vicente é o piloto,

Jesus Cristo o general,

Que linda bandeira leva,

Bandeira de Portugal!

(Poema recontado por Sr. Casimiro, Sr. José, D. Glória)

Patrão – Sr. Casimiro

Funcionário – Sr. José

Funcionária – D. Helena

Mulher – D. Glória

Amigo – Sr. David

Patrão – *Mandei-o envernizar isso rápido e isso está quase na mesma* (dirigindo-se ao Sr. José).

Funcionário – *O Sr. como é que quer que eu ande depressa e perfeito. Não pode ser.*

Patrão – *Porque é que não pode ser?*

Funcionário – *Porque não pode ser. Porque tem que se fazer isto. Lixar, envernizar.*

Patrão – *Oh Sr. Rodrigues isto está tudo lixadinho.*

Funcionário – *Não está ao meu agrado. Peço desculpa...*

Patrão – *O Sr. aqui não tem de ter isto ao seu agrado. Faz o que eu lhe mando e acabou. Quem é que lhe paga?*

Funcionário – *Está certo. Eu faço....Mas...*

Patrão – *Quem é que lhe paga ao fim do mês?*

Funcionário – *É o senhor. Mas eu também tenho a responsabilidade e a consciência de...*

Patrão – *A responsabilidade é minha. O Sr. só tem de envernizar e mais nada. Não diga mais nada.*

Funcionário – *O Sr. pode falar também de outra maneira*

Patrão – (Pondo-lhe a mão em cima do ombro) *Não é de outra maneira....*

Funcionário – *Desculpe. Eu sou muito bom. Mas acabou o tempo da escravidão...*

Patrão – (Pondo-lhe novamente a mão em cima do ombro) *Sr. Rodrigues você aqui é pago para trabalhar não é para discutir. Faça o seu trabalho se faz favor.*

Funcionário – *Mas o Sr. faz favor... Eu faço o meu trabalho. Mas não me toca, por favor.*

Patrão – *Mas faça o seu trabalho se faz favor. Se não fizer o seu trabalho vai para a rua.*

Funcionário – *Se quiser, pode me mandar para a rua...Mas eu faço o meu trabalho...*

Patrão – *É? É isso que você quer?*

Funcionário – *É. Porque eu tenho os meus direitos. Os meus deveres e os meus direitos.*

Patrão – *Tem os seus direitos sim senhor. Mas o senhor está aqui para trabalhar. Eu mandei fazer isto. Eu quero o trabalho feito, mais nada.*

Funcionário – *Sim senhora...*

Patrão – *Faça o trabalho e acabou.*

Funcionário – *Não tem autoridade para me gritar. É meu patrão mas não tem autoridade para me gritar.*

Patrão – *Tenho sim senhor. O Sr. aqui é meu empregado.*

Funcionário – *Eu sei que sou seu empregado, mas não sou seu escravo.*

(...)

Funcionário – *Obrigar alguém a fazer mais do que é possível...*

Patrão – *Mais? Há uma hora que o Sr. está de volta disto e está tudo na mesma.*

(Dou indicações para acabar com a conversa)

Patrão – *O Sr. faça o seu trabalhinho e mais nada.*

Funcionário – *Sim senhor. Eu faço o meu trabalho.*

(O Patrão dirige-se à outra funcionária)

Patrão – *E a Sra. Manuela, como é que é?*

Funcionária – *Oh meu Sr. Eu... por acaso... as gavetas vieram metade e eu...*

Patrão – *As gavetas não chegaram sequer minha senhora. As gavetas...tem ele ali...Mas a ferragem? Onde está? Você ainda nem tirou a ferragem do saco. Valha-me Deus!*

Funcionária – *Eu peço desculpa mas eu não sabia que ferragem era.*

Patrão – *Então eu não lhe disse que a punha aqui (dirigem-se para o local onde estão pousados as malas e casacos de todos).*

Funcionária – *Eu vi aqui tantos sacos que não sabia qual era.*

Patrão – *Não sabia, perguntava mulher. Então ficou ali sentada foi?*

Funcionária – *Foi. Mas olhe doíam-me as pernas. Tive um bocado sentada...*

Patrão – *Ai você vem para o trabalho para descansar?*

Funcionária – *Oh meu senhor mas o Sr. também deve falar para mim com outra maneira, com outra educação porque não é a berrar que nós vamos resolver as coisas.*

Patrão – *Eu não estou a berrar à senhora. Eu dei umas ordens à senhora e a senhora não as cumpriu.*

Funcionária – *Eu peço desculpa mas o senhor está me a pôr a mão. O Sr. pode falar para a pessoa sem lhe por a mão, nem berrar e com...*

Patrão – *Olhe eu não quero tretas. Eu quero é o trabalho feito. Está bem? Faz o seu trabalhinho e depois conversamos.*

(Patrão dirige-se a casa)

Patrão – *Eu “tou” farto disto. Eles não fazem nada. “Tou” farto disto.*

Mulher – *Oh deixa lá os empregados.*

Patrão – *Deixa lá o quê?*

Mulher – *Tem calma.*

Patrão – *Tem calma o quê? Estás agora a acudir por eles.*

Mulher – *Tem calma, tem calma...*

Patrão – *És tu que lhes pagas?*

Mulher – *Olha não sou eu que te pago mas sou eu que te aturo.*

Patrão – *Estou cheio disto.*

Mulher – *Não fales assim. Tem paciência.*

(Mulher começa a chorar)

Mulher – *Ele é impossível. Eu não o posso aturar.*

(Patrão sai para ir ter com o amigo. Enquanto isso na fábrica, os funcionários planeiam uma greve)

Funcionário – *Vamos fazer greve. Não trabalhamos. Há material que é preciso entregar aos clientes. Nós não o vamos acabar. Nós estamos no nosso direito de fazer greve. O tempo da escravidão já acabou.*

Funcionária – *E hoje já é dia 8 e ele ainda não nos pagou.*

Funcionário – *E se ele vier dizemos: “Não saímos. Estamos presentes e não trabalhamos enquanto não nos pagar”.*

Funcionária – *Não trabalhamos enquanto não nos pagar.*

Funcionário – *E tem de nos guardar respeito. E falar-nos com educação. Nós somos seres humanos.*

Funcionária – *Como ele.*

(Volta à cena entre patrão e amigo)

Amigo – *A situação está a chegar a um ponto em que está muito complicada.*

Patrão – *Tenho a fábrica há tanto tempo. Nunca tive uma situação destas. Só querem é dinheiro. O trabalho não conta. Isso é impossível.*

Amigo – *Temos de ter um espírito mais humano.*

Patrão – *Mas não pode ser. Vou despedi-los.*

(Dou indicações para que o Patrão fale com o amigo também da situação com a mulher)

Patrão - *Esta situação na fábrica, estou a trazê-la para casa, para a minha mulher e para os filhos.*

Amigo – *O nosso esforço deve ser no sentido de aproveitar os valores. Quando começamos a exigir demasiado dos outros, a nossa ...*

Patrão – *Eu não estou a exigir, valha-me Deus. Eu só quero é que façam o trabalho. Eu tenho os meus encargos.*

Amigo - *Mas isso...*

Patrão – *Eu tenho de entregar a obra. Eles não fazem, não trabalham.*

Amigo – *Não reconhece que houve qualquer injustiça perante esse pessoal?*

Patrão – *Que eu saiba, acho que não. Tenho lhes pago sempre...*

Amigo – *Mas deve ter havido aí...*

(...)

Patrão – *Esta situação está tão complicada que um dia destes, a mulher põe-me fora de casa.*

(Mulher começa a chorar)

Mulher – *Eu estou cheia desta vida.*

(Funcionária sai do seu lugar na fábrica e vai até ao pé da Mulher)

Funcionária – *“Tadinha” deixe estar. A vida vai melhorar.*

Mulher – *Eu não deixo nada. Eu estou farta disto. “Tou” farta de ser boazinha. Toda a gente tem pena de mim, mas eu quero dinheiro. Vocês não trabalham...*

(Digo ao Sr. Casimiro que pode ir lá a casa. Nesta altura a Funcionária (D. Helena) sai)

Patrão – *Estás agora a chorar? Choras por tudo e por nada. É assim que tu me ajudas.*

Mulher – *Eu não aguento. Eu estou farta de ti. Traz dinheiro para casa.*

Patrão – *Eles não trabalham. Como é que eu te vou dar o dinheiro. Vou roubar. Não posso roubar.*

Mulher – *Estou farta. Tenho nojo de ti. Vai-te embora. Rua* (começa a empurrá-lo).

Patrão – *Mas quem é que vai embora* (empurra no sentido contrário).

Mulher – *Vai-te embora* (continua a empurrá-lo).

Patrão – *Quem manda aqui em casa sou eu.* (volta a empurrá-la no sentido contrário)

Mulher – *Eu sou uma infeliz.*

Patrão – *Vai-te embora. Vai para a casa do teu pai* (e empurra-o para fora de casa).

(Eu sugiro: *Agora alguma coisa pode acontecer na fábrica*).

(Patrão dirige-se à fábrica)

Patrão - *Continuam sentadinhos é?*

Funcionário – *Desculpe mas o Sr. patrão ainda não nos pagou.*

Patrão – *Não paguei?*

Funcionário – *Hoje é dia 8.*

Patrão – *Por acaso, o Sr. já foi à sua conta do banco.*

Funcionário – *Fui...*

Patrão – *Então, faça o favor de ir lá ver, como o dinheiro está lá.*

Funcionário – *Então eu vou lhe mostrar o recibo...*

Patrão – *O dinheiro está lá a partir de hoje.*

Funcionário – *Ainda não entrou.*

Patrão – *O dinheiro está lá a partir de hoje. O Sr. ainda não foi lá.*

Funcionário – *O Sr. faz de nós escravos. Nós decidimos fazer greve.*

Patrão – *Fazem greve?*

Funcionário – *Fazemos.*

Patrão – *Muito bem. Mas no fim do mês pegue nas suas coisinhas e rua. E a Sra. também.*

Funcionário – *Manda-me uma justificação?*

Patrão – *Mando tudo direitinho, sim senhor.*

Patrão – *Não tenho dinheiro. A minha mulher já me pôs fora da porta. Já viu a minha situação.*

Funcionária – *O Sr. tem de ser humilde para os funcionários.*

Patrão – *Eu sou humilde. Se sou assim a culpa é vossa.*

Funcionário – *Os empregados são de carne e osso como o senhor. Lá por o senhor ser o meu patrão é de carne e osso como eu.*

Patrão – *Eu sei disso.*

Funcionário – *E pode falar com calma e com educação. Mas quando uma pessoa berra com um empregado isso não faz parte de uma boa educação.*

Patrão – *A senhora é que entende isso como berrar, eu não estou a berrar. Isto é a minha maneira de falar.*

(Dou 2 min para resolverem a situação)

Funcionário – *O nosso salário ainda não chegou.*

Funcionária – *Para nos irmos embora, o Sr. tem de nos dar uma indemnização do tempo que nós aqui trabalhamos.*

Patrão – *Há leis para o patrão, há leis para os empregados. A Sra. tem as suas leis. Eu ponho tudo legal. Mas a partir do próximo mês já não trabalham mais aqui.*

Funcionária – *A indemnização é de mês e meio.*

Patrão – *Não interessa. Eu sei quais são os meus deveres.*

Funcionária – *Não é mês e meio que este senhor tem de nos dar?* (dirigindo-se ao outro funcionário)

Funcionário – *Depende. Porque nós temos muitos anos de casa. Há muitos anos que trabalhamos para o senhor, como seus escravos. E enquanto se fizermos greve, o senhor tem direito de nos mandar embora. A fábrica pertence-nos. Somos homens de lhes fechar a porta.*

Patrão – *A fábrica pertence-vos?*

Funcionário – *Sim.*

Patrão – *Os senhores estão em greve. Quando terminarem vão para a rua, que eu mando-vos uma cartinha de despedimento.*

Funcionários – *Não. Não*

(Dou 1 min para terminar a situação)

Funcionário – *O senhor não nos pode mandar para casa e depois mandar-nos uma carta de despedimento.*

Patrão – *Quem é que lhe disse que não posso?*

Funcionária – *Porque nós pegamos nessa cartinha e vamos ao tribunal do trabalho saber quais são os nossos direitos.*

Patrão – *E vão. Eu quero lá saber.*

Funcionária – *Desculpe. Mas eu estou ao corrente das leis e eu ocupo-me disso. Não é necessário. E ele tem de perceber que, durante o tempo de greve que nós estivermos sem trabalhar, tem de nos pagar a presença. E nós começamos à nossa hora e acabamos à hora.*

Funcionária – *E se sairmos mais tarde que as 5H, o tempo que nós estivermos aqui a mais, o Sr. tem de nos pagar.*

Patrão – *A mais a quê? Aqui sentados? Que é que vocês fizeram?*

(Volto a dizer que a situação tem de ficar resolvida)

Funcionária – *Olhe vai ter de vender a fábrica para nos pagar. E quando manda o pessoal embora precisa ter motivos.*

Patrão – (Ri-se ironicamente) *E eu não tenho motivos?*

Funcionário – *Nós daqui a bocado incendiamos a fábrica.*

Patrão – *Façam o que vocês quiserem.*

Funcionário – *Incendiamos a fábrica.*

Patrão – *E pronto. Depois logo se vê. Incendeie. Depois logo se vê.*

Funcionário – *Quando você não estiver presente. Logo se verá. Pronto vá à sua vida. Nós estamos em greve, sentamo-nos e não temos mais nada a discutir.*

Patrão – *Eu já lhe disse que vou tratar dos papéis.*

(...)

(Nota de Campo nº 7, 08 de janeiro de 2011)

Personagens:

Patrão – Sr. Casimiro

Mulher – D. Teresa

Funcionário – Sr. José

Funcionária 1 – D. Helena

Funcionária 2 – D. Celeste

Mediador – Sr. David

Patrão - *Ora bom dia pessoal. Não se faz nada? (muito bem disposto)*

Funcionária 2 - *Não. Estamos de greve. Não nos paga.*

Patrão - *Não Senhor. Os senhores têm de fazer este trabalhinho ainda hoje.*

Funcionária 2 - *E o que vamos fazer aqui, se não nos paga?*

Patrão - *Vou já buscar o material. D. Manuela, vá já buscar o material.*

Funcionária 1 - *Não vou a lado nenhum, enquanto o senhor não nos pagar.*

Patrão - *Eu já lhe disse que o dinheiro já está no banco.*

Funcionária 2 - *E porque está no banco e não está na minha posse?*

Patrão - *Porque a Sra. tem de ir lá buscá-lo.*

Funcionária 1 - *Mas eu meti o cartão e não saiu nada.*

Patrão - *Mas estão aqui para trabalhar e não estamos aqui para discutir.*

Funcionária 1 - *Eu quero o meu dinheiro. Quero o meu ordenado.*

Patrão - *A senhora terá o seu ordenado.*

Funcionário - *O Sr. costuma dizer sempre a mesma coisa.*

Patrão - *Não trabalham? É isso? Então sentem-se.*

(Eles sentam-se. Patrão vai para casa. Mulher está a fazer croché)

Patrão - *Os empregados não querem trabalhar*

Mulher - *Não querem trabalhar porquê? Já lhes pagaste o salário?*

Patrão - *Já lhe disse que está no banco.*

Mulher - *E eles não querem?*

Patrão – *Não querem.*

Mulher – *Não querem porquê? Estão doidos? Como é que é possível?*

Patrão – *Não sei.*

Mulher – *Olha homem eu acho que isso está mal contado.*

Patrão – *Eles são preguiçosos. Não querem trabalhar.*

Mulher – *Eu não acredito nisso. Eu vou lá falar com eles.*

Patrão – *Já agora. Quando quiseres.*

Mulher – *Queres que vá eu? Vamos os dois?*

Patrão – *Pode ser. Vamos os dois.*

Mulher – *Pode ser que eu consiga. As mulheres compreendem melhor essa situação.*

(Dirigem-se à fábrica)

Mulher – (Dirigindo-se aos funcionários) *O meu marido apareceu lá em casa e diz que vocês não querem trabalhar.*

Funcionário – *O seu marido não nos paga há 2 meses.*

Mulher – *Ele disse que já vos pagou. Há aqui alguém a mentir.*

Funcionário – *É ele.*

Patrão – *Não foram ao banco. O dinheiro entrou no banco.*

Funcionário – *Eu vou ali buscar o talão para vos mostrar que ele não nos pagou. E já o mês passado não nos pagou. E trata-nos mal.*

Patrão – *Não é verdade.*

Funcionário – *E nós, de seguida, vamos fazer greve. E se não nos pagarem nos próximos 2 dias, vamos meter um incêndio à fábrica.*

Mulher – *Não façam isso. Violência não leva a lado nenhum.*

Funcionário – *Nós tentamos ser humildes. Que somos uns pobres coitados e necessitamos ganhar a vida. Mas se ele anda com outras mulheres.*

Mulher – *O quê?*

Funcionário – *Não sei.*

Mulher – *É por isso que não lhes pagas a eles.*

Patrão – *Oh mulher vai ao banco.*

Mulher – *O dinheiro está lá?*

Patrão – *Está?*

Funcionária 2 – *O dinheiro está lá mas ainda não está disponível. Nós temos as nossas famílias. Temos de comer ao meio-dia e à noite. Temos as crianças nas escolas, temos de ir buscá-los, levá-los. Temos a água, a luz. Nós que vamos fazer à nossa vida?*

Mulher - *Tem razão. Eu vou com o meu marido ao banco hoje. Dê-lhe uma oportunidade. Vamos resolver isso. Voltem ao trabalho que nós vamos resolver isso.*

Funcionária 2 – *Se a senhora se compromete a isso.*

(...)

Mulher – *Os senhores vêm trabalhar que nós vamos resolver a situação. Se querem fazer greve façam. Estão no vosso direito. Mas não incendeiem a fábrica. Isso é violência.*

Funcionária 1 – *Mas a senhora sabe que já é treta dele dizer que está o dinheiro no banco. Já lá fui tirar o talão do banco e não tenho lá dinheiro nenhum. Para que é que ele está a dizer que o dinheiro está no banco. Está a mentir até um dia. Porque nós não vamos ficar assim. Se não for a bem vai a mal.*

Funcionário – *O Sr. não nos pode faltar ao respeito. Fazer de nós escravos. E acabou. Torna-se o feitiço contra o feiticeiro. Nós vamos para o tribunal e metemos-lhe um processo. Fechamos-lhes a empresa e o Sr. não entra mais na empresa. Acaba. O sr. foi desonesto para nós. E nós então atualmente tomamos o poder da fábrica. E digo e repito: “O senhor não tem autoridade para entrar na fábrica e nos insultar”.*

Patrão – *Eu...*

Funcionário – *Porque...*

Patrão – *Eu já disse ao senhor...*

Funcionário – *Porque...*

(falam ao mesmo tempo)

Patrão – *Deixe-me falar.*

Funcionário – *Não deixo falar coisa nenhuma.*

(...)

História “Sardão”

(A Menina da Saia Vermelha e Menino entram em palco)

Dizem que têm muitos trabalhos de casa. O Menino vê o sardão e diz:

“Olha está ali o sardão outra vez.”

A Menina da Saia Vermelha aproxima-se, levanta a saia e diz:

“Sardão pinto, sardão pardo

Vendo os bois a 24

Sardão pardo sardão pinto,

Vendo os bois a 25.

Sardão pinto sai cá fora,

Que teu pai morreu agora,

Com uma faca de latão,

Que te chega ao coração.”

(O sardão morde-lhe. Ela grita)

História “Chaves da Vizinha”

(A Rosinha entra em palco e esconde-se. A vizinha está a fechar a porta. Diz que vai lavar a roupa num pé e vem noutro. “Até vou deixar aqui a chave” e sai de cena.

A Rosinha sai do seu esconderijo, tira-lhe a chave da porta e diz: “vou lhe pregar uma partida.” E atira a chave para as silvas. Entretanto, volta a esconder-se. A vizinha volta e não vê a chave. “Onde está a minha chave?” A Rosinha começa a rir-se às gargalhadas.

História “minissaia”

Antónia está com uma saia curta sentada numa esplanada a abanar-se com um leque. Fala sobre o marido estar atrasado para o jantar de aniversário de casamento. O executivo entra em cena com uma pasta debaixo do braço a falar do facto de ter muito trabalho e não ter tempo para nada. Entra a olhar para ela e cai.

1ª PARTE

Narrador – D. Laura

A MENINA DA SAIA VERMELHA

Menina da saia vermelha – D. Helena

Menino – Sr. Casimiro

A CHAVE

Rosinha – D. Glória

Vizinha - D. Teresa

CARTA DE AMOR

Teresinha – D. Celeste

Manelinho – Sr. Roberto

JARDINEIRAS “FELOREIRAS”

TODOS

CENA 1

(Fotos antigas dos seniores a passarem na projeção com a música “Vem viver a vida”)

(Narradora em palco com a “Mala das Lembranças” de costas para o público a olhar a projeção).

CENA 2

(Quando termina a projeção percorre o palco e senta-se na cadeira. Vai olhando a mala e o público com nostalgia)

(luz na narradora)

NARRADORA

Quem sou?!

A que já viveu na turbulência dos minutos... das horas... dos dias... dos anos...

E não vivo?

Sim, pois...mas, agora, mais de recordações veiculadas pela memória...

Sabem!

Coloquei as minhas memórias no sótão.

Lá estão prateleiras. Caixas, caixinhas e malas de tamanhos variados...

O que mais me seduz... (*Segura e mostra a mala*) – Esta mala de recordações...

Daí, ter pensado: Por que não revelar e reviver o que ela contém?

(Abre a mala e vai mexendo nas coisas que tem dentro. Retira um lenço vermelho)

Olha a saia vermelha! (A de Matilde era verde! Sim, aquela que amava O general Gomes Freire de Andrade... Que coisas longínquas, e, ao mesmo tempo, tão próximas e hodiernas!)

Esta saia lembra-me a história do sardão...

Que bom revê-la.

Um dia...tal como nos outros dias, a Menina da Saia Vermelha e o Menino vinham da escola...Todos os dias à mesma hora encontravam algo que os fazia parar. Mas nesse dia foi diferente...

CENA 3

(luz em todo o palco)

(Menina da Saia Vermelha e Menino entram em palco)

MENINO – Hoje a professora estava má Maria.

MENINA DA SAIA VERMELHA – Pois eu não fiz os trabalhos de casa. Só me apetecia dançar

(Menina dança e canta “Oh malhão”)

MENINO – Oh Maria olha, olha, olha, está ali o sardão outra vez.

MENINA DA SAIA VERMELHA – Ai o malandro. Olá sardãozinho. Todos os dias aqui estás tu a olhar para mim. Mas eu não te tenho medo. Hoje não vou fugir.

(A Menina da Saia Vermelha aproxima-se, levanta a saia e diz)

Sardão pinto, sardão pardo

Vendo os bois a 24

Sardão pardo sardão pinto,
Vendo os bois a 25.

Sardão pinto sai cá para fora,
Que teu pai morreu agora,
Com uma faca de latão,
Que te chega ao coração.

(O sardão morde-lhe. Ela grita)

MENINO – Oh Maria. Que te aconteceu?

MENINA DA SAIA VERMELHA – Ai ai... Ele mordeu-me aqui *(agarrando a saia)*. *(saem de cena, a menina a gritar agarrada à saia e o menino atrás)*.

(luz apaga)

CENA 4

(luz na narradora)

(Narradora abre a mala, retira de lá uma chave. Olha-a durante algum tempo. Ri-se)

NARRADORA

Também quero lembrá-la.
Era curiosa e esperta a cachopa!
Observadora e brincalhona.
Quer alcançar o incerto
Escondendo o que faz falta...
Por isso, pula e brinca
E, num instante
Faz uma finta...

Ai Rosinha, Rosinha, quando decidiste pregar aquela partida à tua vizinha...

CENA 5

(luz em todo o palco)

(Rosinha entra em palco, brinca uns segundos e esconde-se)

ROSINHA – Estou cá com uma vontade de pregar partidas hoje...

(Vizinha sai de casa, fecha a porta)

VIZINHA - Bem vou lavar esta roupa, vou num pé e venho noutro! Até vou deixar aqui a chave! *(Sai de cena)*

(A Rosinha sai do esconderijo, dirige-se à casa da vizinha)

ROSINHA – É mesmo aqui à vizinha do lado que eu vou pregar uma partida! *(atira as chaves para as silvas e diz às gargalhadas)* Era uma vez umas chaves! *(volta a esconder-se)*.

(A vizinha volta e não vê a chave)

VIZINHA - Onde está a minha chave? Ah canalha brava!

(A Rosinha começa a rir-se às gargalhadas)

(apaga a luz)

CENA 6

(luz na narradora)

(Narradora remexe na mala e encontra o lenço do dia dos namorados. Ri-se tontamente e diz o poema de Álvaro de Campos).

NARRADORA

“Todas as cartas de amor são

Ridículas.

Não seriam cartas de amor se não fossem

Ridículas.

Também escrevi em meu tempo cartas de amor

Como as outras,

Ridículas.

As cartas de amor, se há amor,

Têm de ser

Ridículas.

Mas, afinal,

Só as criaturas que nunca escreveram

Cartas de amor

É que são

Ridículas.

Quem me dera no tempo em que escrevia

Sem dar por isso

Cartas de amor

Ridículas

A verdade é que hoje

As minhas memórias

Dessas cartas de amor

É que são

Ridículas.

(Todas as palavras esdrúxulas,

Como os sentimentos esdrúxulos,

São naturalmente

Ridículos).”

Antes de ir para a missa, ao Domingo combinamos sempre com os rapazes onde íamos deixar as cartas de amor... ridículas que lhes escrevíamos. A Teresinha deixava sempre na mesma pedra do adro da igreja...

CENA 7

(luz em todo o palco)

(Teresinha entra em palco a rodopiar a saia, feliz e a cantarolar)

TERESINHA – Combinei com o meu Manelinho que lhe deixava esta carta de amor aqui escondida nesta pedra *(coloca a carta no chão. Verifica se ninguém a está a ver)*.

Ai se a minha mãe vê... Pronto. Já está! Está tão bonita... Espero que ele goste.

(sai de cena a cantarolar e a rodopiar a saia)

(Manelinho entra em cena. Olha para um lado, olha para o outro)

MANELINHO – Foi aqui que ela disse que deixava. Deixa lá ver... *(faz de conta que remexe numa pedra)* Aqui está.

(Abre a carta e lê)

“Rosa do meu peito, flor do meu jardim. Serás tudo para mim”

“Curaçã por curaçã não troques o meu. Olha que o meu curaçã sempre foi lial ao teu”

“Aqui tens meu curaçã e a chabe pró abrir. Num tenho mais que te dar, nem tú mais que me pedir”

(Sorri e sai de cena)

(apaga a luz)

CENA 8

(luz no narrador)

(Remexe na mala. Encontra uma folha onde está pendurada uma flor. Lê)

NARRADORA

Dai-me Rosas e lírios,
Dai-me flores, muitas flores
Quaisquer flores, logo que sejam muitas...
Não, nem sequer muitas flores, falai-me apenas

Em me dardes muitas flores,
Nem isso... escutai-me apenas pacientemente o que vos peço:

flores... flores... flores...

Olha esta faz-me lembrar as “Jardineiras Floreiras” que cantávamos e dançamos também ao Domingo
à tarde à volta da capela... (*Cantarola a canção*).

CENA 9

(luz em todo o palco)

(Entram todos em palco de mãos dadas e formam uma roda. A D. Helena fica no centro)

TODOS (exceto narradora)

Jardineiras, "Feloreiras", (bis)

Vós que andais a vender? (bis)

Vendemos cravos e Rosas, (bis)

Raminhos de bem-querer. (bis)

Tenho aqui muito dinheiro (bis)

Nestas minhas algibeiras; (bis)

Mas não é para vocês, (bis)

que vocês são regateiras (bis)

A apanhar as laranjinhas (bis)

Para o infante brincar (bis)

O infante também brinca (bis)

No palácio do abade (bis)

Nunca vi mulher mentir (bis)

Nem homem falar verdade (bis)

Bate sapatinho, bate aqui bate acolá (bis)

Quero dar 2 voltinhas trai la ri l la la (bis)

(luz apaga. Saem de cena)

Cena 8

(luz na narradora).

(Narradora abre a mala retira papagaios, berlindes, bonecas. Olha-os durante algum tempo e diz o poema de Sebastião de Gama).

NARRADORA

“Também eu, também eu,
joguei às escondidas, fiz baloiços,
tive bolas, berlindes, papagaios,
automóveis de corda, cavalinhos...

Depois cresci,
tornei-me do tamanho que hoje tenho.
Os brinquedos perdi-os, os meus bibes
deixaram de servir-me.
Mas nem tudo se foi:
ficou-me,
dos tempos de menino,
esta alegria ingénua
perante as coisas novas

e esta vontade de brincar.

Vida, não me venhas roubar o meu tesoiro! :

não te importes que eu ria,

que eu salte como dantes.

E se riscar os muros

ou quebrar algum vidro

ralha, ralha comigo, mas de manso...

(Eu tinha um bibe azul...

Tinha berlindes,

tinha bolas, cavalos, papagaios...

A minha Mãe ralhava assim como quem beija...

E quantas vezes eu, só p' ra ouvi-la

ralhar, parti os vidros da janela

e desenhei bonecos na parede...)

Vida!, ralha também,

ralha, se eu te fizer maldades, mas de manso,

como se fosse ainda a minha Mãe..."

(Narrador guarda os brinquedos na mala, fecha-a e sai de cena. Ao mesmo tempo ouve-se a música

"Quando eu era pequenina")

(Luz apaga).

2ª Parte

SR. MEIRELES (Patrão) – Sr. Casimiro

SR. RODRIGUES (Funcionário há 3 anos e Delegado Sindical) – Sr. José

D. MANUELA (Funcionária há 20 anos) – D. Helena

D. CARMINDA (Funcionária há 15 anos) – D. Celeste

D. JOAQUINA (Mulher do Patrão) – D. Glória e D. Teresa

SR. JOÃO (Amigo do Patrão) – Sr. Roberto

CENA 1 (Na fábrica)

(Funcionários entram em cena assim que sai o narrador)

(acende a luz em todo o palco)

SR. RODRIGUES – Não é justo andarmos a trabalhar sem sermos pagos. Há 3 meses que não recebemos.

D. MANUELA – Pois. Temos as nossas despesas. Temos as crianças nas escolas. Temos a água, a luz. Nós que vamos fazer à nossa vida?

D. CARMINDA – Olhem eu não sei o que se passa. Ele de há uns meses a esta parte tornou-se muito autoritário. Não quer qualidade, quer quantidade. E ainda por cima não nos paga.

D. MANUELA – Pois...Nem nos deixa fazer as nossas pausas em condições. Já lá vai o tempo em que ele até se sentava connosco na hora do almoço a contar anedotas...Lembraste Carminda? Ah! Como nos riamos.

D. CARMINDA – Então não era. Bons tempos!

SR. RODRIGUES – Pois é minhas senhoras. Isso é muito bonito. Mas como delegado sindical digo-vos que devemos reclamar. Se ele não nos paga há 3 meses, se não nos deixa fazer as pausas em condições, se se tornou autoritário, sem razão nenhuma, então temos o direito de reclamar.

D. CARMINDA – E o que vamos fazer?

SR. RODRIGUES – Vamos fazer greve para lhe mostrarmos que não estamos satisfeitos com as condições de trabalho.

D. MANUELA – Primeiro vamos ver se ele nos paga. É a primeira vez em tantos anos de casa que ele faz isto... Esperamos...

SR. RODRIGUES – Esperamos mais? Há 3 meses que esperamos...Fazemos um pré-aviso de greve e daqui a 5 dias fazemos greve.

D. CARMINDA – Não sei se é boa ideia fazermos greve sem sabermos se ele nos paga ou não. Eu realmente concordo com a Manuela. Ele nunca fez isto... Vamos dar-lhe uma oportunidade.

SR. RODRIGUES – Não vamos continuar a trabalhar sem receber. O tempo da escravidão acabou.

CENA 2 (Na fábrica)

(Patrão entra na fábrica)

SR. MEIRELES – Como é pessoal? Mandei fazer este trabalho e encontro tudo na mesma!

D. CARMINDA – Não. Não. O trabalho está bem adiantado. Olhe já fiz estas duas gavetas.

SR. MEIRELES – Duas? Já devia ter feito seis. Isto é trabalho para um quarto de hora. Vocês têm de acabar o trabalho porque eu tenho um prazo de entrega. E a D. Manuela ainda está assim?

D. MANUELA – Eu...eu..eu... Não sabia onde estava o material...

SR. MEIRELES – Não sabia, perguntava. Então ficou ali sentada? Foi?

D. MANUELA – Não. Mas o senhor também não precisa de falar comigo dessa forma, porque não é a gritar que nós vamos resolver as coisas. Não se esqueça que não recebemos há 3 meses.

SR. MEIRELES – Olhe não me enerve. Eu falo como quiser. Sou eu que mando e vocês, como meus funcionários, só têm de fazer o que eu mando, mais nada! E o Sr. Rodrigues? Mandei-o envernizar isso há duas horas e isso ainda está tudo na mesma.

SR. RODRIGUES – Eu não sou seu escravo. Eu estou a fazer o meu trabalho dentro das minhas possibilidades. E como disse a Manuela, não se esqueça que não recebemos há 3 meses...

SR. MEIRELES – Não recebem há 3 meses, mas vão receber hoje. Já fiz o depósito.

SR. RODRIGUES – O Sr. Meireles já diz isso há 3 meses. Nós não podemos ficar sem receber. Isto assim não pode ser. Por isso, vamos fazer greve. Hoje mesmo vou escrever um pré-aviso de greve.

SR. MEIRELES – O quê?

SR. RODRIGUES – Sim. Sim.

SR. MEIRELES – Oh Sr. Rodrigues não precisamos de chegar tão longe!

SR. RODRIGUES – Então pague o que nos deve!

SR. MEIRELES – Eu...Eu...Vou resolver essa situação... Vão almoçar, vão!

(funcionários saem de cena)

CENA 3 (Na fábrica)

SR. MEIRELES – E agora como vou resolver isto? Estou tramado. Meti-me num beco sem saída.

(sai de cena/apaga a luz/entra D. Joaquina e senta-se na cadeira a ler revista)

CENA 4 (Em casa)

(luz na D. Joaquina/Entra Sr. Meireles/luz em todo o palco)

SR. MEIRELES – Eu estou farto disto. Eles não fazem nada. Tenho a obra para entregar e eles não trabalham.

D. JOAQUINA – Oh querido não fales assim. Calma. O que se passa?

SR. MEIRELES – Os funcionários da fábrica vão me levar à bancarrota.

D. JOAQUINA – Porquê?

SR. MEIRELES – Porque dizem que não recebem há 3 meses e, por isso, também não trabalham. Vão fazer greve.

D. JOAQUINA – Oh querido tu ainda não lhes pagaste?

SR. MEIRELES – Pois...Não....

D. JOAQUINA – Porquê?

SR. MEIRELES – Os clientes não me pagam.

D. JOAQUINA – Não pagam? De certeza?

SR. MEIRELES – Agora também desconfias de mim?

D. JOAQUINA – Na verdade... sinto que estás a mentir.

SR. MEIRELES – A mentir eu?

D. JOAQUINA – Sim...

SR. MEIRELES – Não. Nem penses... *(pausa)* Meu amor, se algum dia eu fizesse uma asneira muito grande perdoavas-me?

D. JOAQUINA – Que tipo de asneira?

SR. MEIRELES – Nada. Nada. Olha tenho de ir ter com o João. Até logo.

(sai de cena)

CENA 5 (Em casa)

(luz na D. Joaquina)

D. JOAQUINA – O meu Meireles anda estranho...De há uns tempos para cá só fala nos funcionários que não trabalham. Só grita comigo...Ele que era tão meigo...

Eu ando cá desconfiada...Passa-se aqui alguma coisa estranha...

(sai de cena/apaga luz/entram Sr. Meireles e João já a conversar)

CENA 6 (Na rua)

(luz no patrão e amigo. Caminham em direção à boca de cena)

JOÃO – Tem calma. Tens de arranjar uma maneira de resolver isso. Já estás na altura de endireitares a tua vida. Essa mulher...

SR. MEIRELES – Se a Joaquina descobrir...

JOÃO – Mas olha que ela não merece. É uma esposa exemplar. Esteve sempre ao teu lado, nos bons e maus momentos. E claro, mais cedo ou mais tarde vai acabar por saber que tu a andas a trair. Ainda te vais arrepender. Não achas que lhe devias contar?

SR. MEIRELES – Tu achas que ela me ia perdoar?

JOÃO – Não sei...Mas mais vale ficar a saber por ti do que por outras pessoas. Acaba com essa situação em Lisboa. Essa mulher vai levar-te à ruína... Tu que sempre conseguiste ter um bom nível de vida, já viste como está a tua situação? Sem dinheiro para pagares aos funcionários...Eles a fazerem greve... E com razão. Enfim!

SR. MEIRELES – O problema é que eles não acabam aquele material. Se o acabassem ia buscar o dinheiro dessa encomenda.

JOÃO – Ouve Meireles: “quem tem amigos não morre na cadeia”. Vou ajudar-te.

SR. MEIRELES – Como?

JOÃO - Vou emprestar-te dinheiro para pagares aos funcionários... Eles acabam a obra, tu recebes o dinheiro e entretanto pagas-me.

SR. MEIRELES – João, fazes isso por mim?

JOÃO – Faço. Mas com uma condição: tens de me dar a tua palavra de honra que vais contar tudo à Joaquina. E que deixas essa mulher em Lisboa.

SR. MEIRELES – Vai ser difícil contar-lhe a verdade. Ela não vai aceitar. Mas eu amo-a. Não sei como fui capaz de fazer isto.

JOÃO – “Errar é humano” Agora só tens é de esperar que ela te perdoe.

SR. MEIRELES – Que seja o que Deus quiser!

JOÃO – Força. Vai correr tudo bem. Dás-me boleia para casa que eu entretanto passo-te os cheques para pagares aos funcionários...

SR. MEIRELES – Obrigado João. Nem sei como te agradecer.

(saem de cena: Sr. Meireles primeiro, João atrás batendo-lhe nas costas/apaga luz/entra D. Joaquina e senta-se na cadeira a ler a revista)

CENA 7 (Em casa)

(Luz na D. Joaquina a ler revista)

SR. MEIRELES – Joaquina... *(chamando fora de cena)*

JOAQUINA – Que foi Meireles?

SR. MEIRELES – *(aparece em cena/luz em todo o palco)* Preciso de falar contigo.

JOAQUINA – O que se passa? Tu andas estranho ultimamente?

SR. MEIRELES – Sabes aquela situação dos funcionários...

D. JOAQUINA – Sim...Vão fazer greve porque não lhes pagas há 3 meses por causa dos clientes...

SR. MEIRELES – Pois... Os clientes...É que... sabes...

D. JOAQUINA – Desembucha homem!

SR. MEIRELES – Eu... eu... Preciso de te contar uma coisa...

D. JOAQUINA – Fala...

SR. MEIRELES – Sabes...Aquelas vezes que eu fui a Lisboa...

D. JOAQUINA – Sim...Negociar o preço daqueles materiais...

SR. MEIRELES – Pois...Os materiais...

D. JOAQUINA – Fala homem de Deus!

SR. MEIRELES – Pronto...Vou falar! Isso é mentira!

D. JOAQUINA – Como assim?

SR. MEIRELES – Eu fui ter com uma mulher...

D. JOAQUINA – O quê?

SR. MEIRELES – Eu envolvi-me com uma mulher... Mas eu amo-te querida. Foi uma situação passageira. É de ti que eu gosto.

D. JOAQUINA – Tu traíste-me?

SR. MEIRELES – Querida...eu estou arrependido. Eu percebi que ela só quer o meu dinheiro...

D. JOAQUINA – É com ela que tu andas a gastar o dinheiro?

SR. MEIRELES – Meu amor. Tu sabes que eu sempre te fui fiel. Em tantos anos de casamento, nunca te trai. Caí na tentação...

D. JOAQUINA – Há quanto tempo dura isso?

SR. MEIRELES – Há 4 meses. Mas eu...Eu não quero mais isto. Eu iludi-me...Caí...Perdoa-me...

D. JOAQUINA – Não sei se sou capaz de perdoar uma coisa dessas...

SR. MEIRELES – Eu compreendo... Mas pensa...

D. JOAQUINA – Devias ter pensado nas consequências antes de o ter feito. Para além de me teres magoado, puseste os teus funcionários numa situação complicada...Eles não têm culpa disto...

SR. MEIRELES – Pois não...E eu ultimamente não tenho agido bem com eles... Mas em relação aos ordenados em atraso, já tenho uma solução...

D. JOAQUINA – Ai sim?

SR. MEIRELES – Sim...O João emprestou-me dinheiro para lhes pagar...Assim que os funcionários terminarem esta encomenda e eu receber do cliente, pago ao João.

D. JOAQUINA – Se precisavas de ter chegado a esta situação, homem...

SR. MEIRELES – Pois não...Errei... Mas estou disposto a mudar isso...

D. JOAQUINA – Olha vai mas é resolver a situação com os funcionários...

SR. MEIRELES – E... nós?

D. JOAQUINA – E nós? Depois veremos...Estou muito magoada...Mas depois falamos melhor sobre esta situação...

SR. MEIRELES – Está bem querida...Até logo...

(sai de cena/luz apaga/ mulher sai/entram funcionários)

CENA 8 (Na fábrica)

(luz em todo o palco)

SR. RODRIGUES – Então? Fazemos o pré-aviso de greve para informar que daqui a cinco dias entramos em greve?

(patrão entra na fábrica)

SR. MEIRELES – Boa tarde.

FUNCIONÁRIOS – Boa tarde Sr. Meireles.

SR. MEIRELES – Não precisam de fazer greve.

SR. RODRIGUES – Ai não? Porquê?

SR. MEIRELES – Já resolvi a situação.

D. CARMINDA – Já nos fez o depósito?

SR. MEIRELES - Não. Trago aqui os cheques dos vossos ordenados.

D. CARMINDA – Traz? Ai que bom!

D. MANUELA – E isso tem cobertura?

SR. MEIRELES – Tem D. Manuela. Dou-lhe a minha palavra de honra.

SR. RODRIGUES – O Sr. Meireles não pode andar a brincar connosco. Nós conhecemos muito bem os nossos direitos. Se esses cheques não tiverem cobertura...

SR. MEIRELES – Não se preocupe. Têm cobertura sim senhor. Têm razão em estarem zangados comigo e desconfiarem de mim. Na verdade não tenho sido muito bom com vocês...

D. MANUELA – Não tem não!

SR. MEIRELES – Peço desculpa por isso. Estive e ainda estou com um problema financeiro e pessoal. Às vezes fazemos coisas de que depois nos arrependemos. Eu estou arrependido pelos erros que cometi. Mas vou esforçar-me por remediá-los. Tenho sido muito autoritário convosco ultimamente...Tenho exigido demais de vós, sem sequer vos pagar...

SR. RODRIGUES – Pois...

SR. MEIRELES – Mas a única coisa que posso fazer para remediar isso é pagar-vos e esperar que vocês me perdoem esta falha tão grande.

D. CARMINDA – Olhe Sr. Meireles desde que o cheque tenha cobertura, que nos comece a pagar sempre tudo direitinho e que não nos grite mais daquela maneira, por mim está mais do que perdoado...

SR. RODRIGUES – Eu logo verei depois de ver se o cheque tem cobertura ou não.

D. MANUELA – Sr. Meireles trabalho para si há 20 anos. E realmente o Sr. Meireles nunca nos fez isto... Mas se já tem os cheques e se os cheques têm cobertura, então está perdoado...

SR. RODRIGUES – Obrigado e desculpem mais uma vez. Para vos compensar destes dias de trabalho quase sem paragens e sem receberem, vou dar-vos um dia de folga.

FUNCIONÁRIOS – Ai que bom...

SR. RODRIGUES – Vão lá...proveitem bem. E descansem...

D. MANUELA – Eu acho muito bem...Mas antes conte-nos uma das suas anedotas, como só o senhor sabe contar...

(Sr. Meireles conta uma anedota. Riem-se todos às gargalhadas. Saem de cena/Apaga a luz/entra João)

CENA 9

(luz em João)

Pois é meus amigos...Tudo regressou à normalidade na fábrica do meu amigo Meireles ...Os cheques tinham cobertura...Claro! Não desconfiaram de mim...Pois não? Aqui o amigo João é sério... O ambiente calmo e divertido que sempre reinou entre os trabalhadores voltou a instalar-se... Os funcionários terminaram a obra, o Meireles recebeu o dinheiro e foi-me pagando aos bocados... O Meireles começou a ir novamente almoçar com os funcionários, animando-os com as suas anedotas...O Rodrigues andou uns tempos desconfiado...Na verdade tinha sempre um pé atrás com o Meireles ...Nunca se ria das suas anedotas, mas depois contava-as em casa e ria-se muito...Muito mais do que quem as ouvia! E com o passar do tempo acabou por se render e tornou-se um dos melhores amigos do Meireles e encarregado dos funcionários...

E quanto ao casamento do Meireles com a Joaquina e aquela amante em Lisboa, perguntam vocês? Pois é...A Joaquina ficou muito chocada com a revelação da traição... Entretanto, decidiu separar-se durante uns tempos porque não conseguia confiar no Meireles. Mas iam mantendo contacto e encontravam-se ao Domingo para almoçarem com os filhos...O Meireles deixou definitivamente a amante, em Lisboa...Não foi fácil. Aquela mulher sabia seduzi-lo...Mas ele conseguiu resistir...

Um ano mais tarde, o amor de tantos anos venceu e Joaquina voltou para o Meireles ... Agora estão felizes porque o Meireles nunca mais fez coisas reles...

“Mais vale tarde que nunca!”

(Luz apaga/João sai/entram todos para agradecerem ao público)

1ª parte

CENA 1

IMAGEM - Projeção multimédia com fotos antigas de cada um dos participantes.

MÚSICA – “Vem viver a vida” de José Cid

CENA 2

2A

IMAGEM - Nenhuma

MÚSICA – “Dead things” de Philip Glass até “porque não revelar e reviver o que ela contém?”

2B

IMAGEM - Quando o narrador abre a mala e retire um lenço vermelho, imagem da saia

MÚSICA - “J'y Suis Jamais Allé” de Yann Tiersen



Adaptado de http://lesbellesdujour.blogspot.com/2011_02_01_archive.html

CENA 3

3 A

IMAGEM – Campo

MÚSICA - Nenhuma



<http://garden.tistory.com/547>

3B

IMAGEM - Sardão

MÚSICA - Nenhuma



<http://linhas.nobolso.net/tag/sardao>

CENA 4

IMAGEM - Fechadura

MÚSICA – “Soir de fête” de Yann Tiersen.



<http://www.flickr.com/photos/elstruthio/2925439156/in/photostream>

CENA 5

IMAGEM - Casa com Rua

MÚSICA - Nenhuma



http://pt.db-city.com/Brasil/Mato_Grosso/Aren%C3%A1polis

CENA 6

IMAGEM – Lenço dos namorados

MÚSICA – “Cartas de amor” de Tony de Matos



Adaptado de <http://geoblog-geoblog.blogspot.com/2010/03/lenco-dos-namorados.html>

CENA 7

IMAGEM – Adro da Igreja

MÚSICA - Nenhuma



<http://www.eb1-fonte-angeao.rcts.pt/trabalhos.htm>

CENA 8

IMAGEM – flores

MÚSICA – “A rosa que te dei” de José Cid



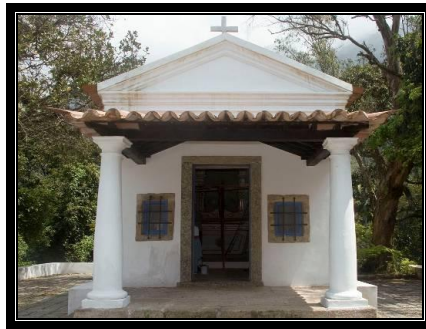
<http://arletepoemasepoesias.blogspot.com/2008/11/colhendo-flores-e-frutos.html>

CENA 9

IMAGEM – Capela

MÚSICA – “Jardineiras Floreiras” de autoria desconhecida (cantada e dançada pelos seniores)

“Quando eu era pequenina” de Amália Rodrigues (quando a narradora sai do palco)



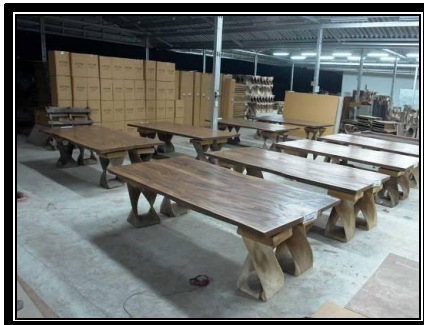
http://www0.rio.rj.gov.br/patrimonio/proj_capela_nscabeca.shtm

2ª parte

CENA 1, 2,3

IMAGEM – fábrica de madeira

MÚSICA – (separador de cenas) Instrumental “Inolvidable” de Bebo Valdés & Diego El Cigala (07 segs.).



<http://www.kammika.com/factoryinfo/factory-1000-3.jpg>

CENA 4, 5

IMAGEM – casa

MÚSICA - (separador de cenas) Instrumental “Veinte anos” de Bebo Valdés & Diego El Cigala (11seg).



http://viagensdocasaldubaveli.blogspot.com/2010_03_01_archive.html

CENA 6

IMAGEM – Rua

MÚSICA -



<http://fabiolaestagio.blogspot.com/>

CENA 7

IMAGEM – a mesma da cena 4 e 5

MÚSICA – Instrumental “Nieblas del riachuelo” de Bebo Valdés & Diego El Cigala (11 segs.)

CENA 8

IMAGEM – Fábrica 2

MÚSICA – “Pasacorredoiras de Santiago” de Milladoiro (10 segs. começa a baixar)



<http://image.made-in-china.com/6f3j00ZeJaEGoKntcO/Wood-Raw-Material.jpg>

CENA 9

IMAGEM – Nenhuma

MÚSICA – “A Quai” de Yann Tiersen (quando sai de cena e entram todos para agradecerem ao público)

1ª parte

Narrador

- Calça preta/camisa vermelha;
- Mala das Lembranças com: chave; tecido vermelho; carta ; berlindes, bonecos, livros, papagaios;
- Cadeira.

Menina da Saia Vermelha:

- Saia vermelha;
- Blusa branca;
- Saco de sarapilheira
- Socos.

Menino:

- Boina preta;
- Calças de ganga;
- Suspensórios;
- Camisola aos losangos.

Rosinha

- Saia às flores;
- Blusa branca;
- Sapatos brancos.

Vizinha

- Saia aos quadrados;
- Blusa;
- Avental;
- Balde para a roupa;

2ª parte

Funcionários

Com o mesmo figurino das personagens anteriores, mas com uma bata branca. Etiquetas na bata a dizer “Meireles”.

Rodrigues - Gorro na cabeça

Manuela – Cabelo preso

Carmina – Fita na cabeça

- Gavetas e instrumentos de trabalho

Meireles

- O mesmo figurino da personagem “Menino” mas sem os suspensórios. Casaco preto por cima.

D. Joaquina

- A mesma blusa das personagens “Rosinha” e “Vizinha”;

- Saia da mesma cor ou a mesma saia;

- Xaile/lenço/ *écharpe* da mesma cor;

- Cabelo preso;

- Óculos;

- A mesma cadeira do “narrador”.

Convite “Pedaços de Nós...”

The graphic for the invitation features the title "PEDAÇOS DE NÓS" in a large, stylized font. The word "PEDAÇOS" is in blue and grey, while "DE NÓS" is in blue. To the left of the title are several squares of different sizes and colors (grey, blue, white) arranged in a staircase-like pattern. The text on the right is in a clean, sans-serif font.

O Atelier de Teatro, com a participação do Atelier de Música do Projecto + Saúdarte, tem a honra de convidar V. Ex.^a para o espectáculo “**Pedaços de Nós**” a realizar no dia 14 de Maio de 2011, pelas 21.00h, no auditório da Instituição X.

Ficha técnica “Pedaços de Nós...”

The technical sheet graphic is divided into two main columns. The left column contains the title "PEDAÇOS DE NÓS" and a subtitle "UM ESPECTÁCULO DE PEQUENOS PEDAÇOS DE GRANDES VIDAS...". Below this is a paragraph of text. The right column is titled "FICHA TÉCNICA:" and lists various roles and names. At the bottom right, there is a small version of the "PEDAÇOS DE NÓS" logo. The layout is clean and professional, with a mix of blue, grey, and black text on a white background.

PEDAÇOS DE NÓS
UM ESPECTÁCULO DE PEQUENOS PEDAÇOS DE GRANDES VIDAS...

Este espectáculo tem como objectivo mostrar o resultado de um processo dinâmico através do qual um grupo de pessoas com idades compreendidas entre os 57 e os 67 anos teve contacto, pela primeira vez, com ferramentas teatrais.

Este foi construído a partir de memórias e vivências de cada um, as quais serviram de material para as improvisações. Por sua vez, estas foram como que costuradas, coladas e adaptadas de forma a construir cenas dotadas de sentido e teatralidade.

“Pedaços de Nós” é uma forma de manter viva a identidade destas pessoas! Através deste trabalho com as suas histórias, descobriram uma forma particular de falar sobre o passado e de valorizar o que parecia já não ter valor...

Um espectáculo feito por gente grande porque... velhos são os trapos!

Carla Cunha

FICHA TÉCNICA:

Encenação: Carla Cunha

Dramaturgia: Colectiva

Elenco:
Casimiro Antunes | Celeste Carvalho | Glória Antunes
Helena Ferreira | José Silva | Laura Castro | Roberto Cerqueira | Teresa Rodrigues. *

Cenografia | Sonoplastia: Carla Cunha

Guarda-roupa | Adereços: Colectivo

Desenho de Luz: Carla Cunha

Operação de Som: Célia Marques | Miguel Ferreira *

Operação de Luz: Laura Castro | José Silva *

Design Gráfico: Miguel Ferreira *

Fotografia: Carlos Rocha *

* Nomes fictícios

PEDAÇOS DE NÓS

FASES	TEMAS	NOTAS DE CAMPO
FASE GRUPAL	Falta de “jeito”	<p>D. Helena - (...) quando era pequena dizia uns poemas mas se calhar já não têm valor.</p> <p>D. Glória - Não tenho jeito para isto. Eu gosto de poemas e teatro e musica mas não tenho jeito.</p> <p>O Sr. David disse no início que gosta é dançar. Que se inscreveu no teatro apesar de não ter jeito. Só se fosse para a palhaçada. Que eu ainda ia mandá-lo embora. E que se eu visse que ele não tinha jeito para o mandar embora.</p> <p>(Nota de campo nº1)</p> <p><i>Gostei da cena da Fábrica e do Sardão. Também gostei dos poemas mas acho que não tenho jeito.</i></p> <p>Eu volto a explicar que não estamos aqui para ver se têm jeito ou não. Todos têm jeito porque o jeito aprende-se. Ela diz que não, que não tem jeito.</p> <p>(Nota de campo nº 11)</p> <p>O Sr. José dizia que tanto lhe fazia, que só achava que era um pouco mais violento que o Sr. Casimiro (talvez querendo dizer que isso imprimia maior autoridade à personagem). O Sr. Casimiro disse que tinha desistido naquele dia (referindo-se à 2º vez que improvisamos) porque achava que não tinha jeito. Por isso, fazia mais sentido que fosse o Sr. José a fazer, mas que eu é que sabia e que tinha de decidir.</p> <p>C.O.: Tive a sensação desde sempre que o Sr. Casimiro gostava de fazer o papel de Patrão, mas achava que não tinha jeito.</p> <p>(Nota de campo nº 13)</p>
	Memória (s)/Partilhas	<p>Sr. David diz que não tem boa memória (para associar a cara ao nome e sitio de onde conhece a pessoa)</p> <p>(Nota de campo nº1)</p> <p>Sr. David: Parece que as cassetes estão lá no sótão. Não sei se esta explicação está correcta. Mas por exemplo, vou a um determinado país, a uma determinada cidade, numa determinada situação e a cassete relembra.</p> <p>(Nota de campo nº2)</p> <p>Sr. Casimiro: Lembrei-me muito da minha mãe. E estava numa boa... (risos)</p> <p>D. Glória: diz que se lembrou muito da madrinha. Lembrei-me dela sempre bonita. Sempre bem disposta (...).</p> <p>Sr. David: Realmente se a gente vai ao baú...é impressionante.</p> <p>D. Glória: Mas não faz mal</p> <p>Sr. David: Eu evitei ir ao baú (risos)</p> <p>D. Glória: Mas só faz bem</p> <p>Carla: Mas não foi ao baú?</p>

		<p>Sr. David: <i>Não...</i></p> <p>A D. Teresa disse que quando se lembrou do casamento lembrou-se dos pais que já não estão cá. Diz que eu fui mazinha porque os fiz chorar. Questiona porque deixamos coisas por dizer uns aos outros. Gostava de ter perguntado aos pais a quem saía o irmão que tinha olhos e cabelos claros. Lembra que ele no casamento estava muito branquinho.</p> <p><i>Vivi muito pouco com os meus pais. Saí da beira dos meus pais com 6 anos. Sinto a falta deles, do que não vivi com eles.</i></p> <p>Fala do facto da mãe gostar de todos mas ligava-lhe muitas vezes.</p> <p>Fala das oportunidades que os filhos têm hoje (...) e que não sabem aproveitar</p> <p>Sr. José: <i>Consegui lembrar-me da minha irmã que era toda vaidosa. As últimas palavras que me disse foram...</i></p> <p>D. Glória: <i>Chora-se mas é um chorar de alívio.</i></p> <p>(Nota de campo nº 4)</p> <p>No grupo 1 os seniores leram o poema “Barca Bela” e contam que o aprenderam na escola e que também cantavam uma música com esta letra.</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>E costumavam cantar?</i> (Animadora). - <i>Sim. Ao Sábado. Porque antigamente havia escola ao sábado</i> (D. Glória). - <i>Também cantávamos o Hino de Portugal</i> (D. Teresa). - <i>Quem sabia muitas canções era a D. Helena</i> (Sr. Casimiro). - <i>Eu lembro-me bem de cantar isto</i> (D. Glória). <p>No grupo 2, o Sr. David contou a história que o grupo seleccionou “O menino, o velho e o burro”. (...)</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>De onde conhecem esta história?</i> (Animadora). - <i>O meu pai contava</i> (D. Teresa). - <i>Eu, é de algum livro</i> (Sr. David). - <i>Eu conheci o ano passado quando andava a fazer as “novas oportunidades”. Lembro-me de ter lido isso num livro qualquer que andava por lá num caixote</i> (D. Glória) <p>(Nota de campo nº6).</p>
	<p>Avaliação dos exercícios</p>	<p>A avaliação dos participantes a esta dinâmica foi positivo referindo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - que lhes possibilitou fazer ginástica (D. Helena) - treinar a memória, referindo que a memória já não é a mesma e que têm dificuldades a decorar (Sr. David) - conhecerem os nomes uns dos outros <p>(Nota de campo nº1)</p> <p>JOGO DO ESPELHO</p> <p>A avaliação dos participantes foi que se sentiram inibidos e com dificuldade de olhar nos olhos dos colegas.</p> <p>E o facto de terem vontade de rir, os olhos lacrimejarem também se deveu à falta de concentração e à tensão em que estavam.</p> <p>(Nota de campo nº2)</p>

		<p>Os participantes referiram que no primeiro exercício não estavam a gostar muito, nem estavam a perceber para que o estavam a fazer. Entretanto, quando se passou para o próximo já ficaram mais à vontade e divertiram-se.</p> <p>Referiram que o facto de estarem menos participantes fazia com que não fosse tão interessante. Da mesma forma, o facto de não haver música também tornava os exercícios menos interessantes.</p> <p>O Sr. David referiu que não se sentiu muito à vontade em nenhum dos exercícios porque estavam tensos.</p> <p>O Sr. José e o Sr. Casimiro referiram que o exercício do escultor foi o que mais gostaram.</p> <p>(Nota de campo nº3)</p> <p>IMPROVISAÇÃO “VINDIMAS”, “TRAIÇÃO”</p> <p>As questões após o relaxamento direccionaram-se para aquilo que sentiram enquanto personagem e o que mais gostaram da sessão.</p> <p>Sr. José - <i>Fez-me rir. Fiquei satisfeito... E gostei muito de ver a D. Helena.</i></p> <p><i>Mas gostei muito de quando eu e o meu grupo fizemos de bêbados.</i></p> <p>Sr. Casimiro - <i>Depois quando fizemos de bêbados ri-me muito. Gostei muito. (...)</i></p> <p><i>Gostei do vosso momento. Foi o que mais gostei. Quando estavam a discutir. E gostei muito da D. Helena.</i></p> <p>D. Glória – <i>Eu gostei muito da primeira parte. Eu gostei de quando estive bêbada a puxar por ele</i> (aponta para Sr. Casimiro).</p> <p><i>O que mais gostei foi da vossa actuação. Tu já se sabe que és uma professora de teatro</i> (falando de mim). <i>Vocês as duas estiveram muito bem</i> (aponta para mim e para a D. Teresa)</p> <p>D. Teresa - <i>O que eu gostei mais foi a nosso trabalho. Mas gostei muito da D. Glória agarrada ao homem. Eles a andarem pelo chão. (...) A nossa parte gostei mas o que gostei mesmo muito foi a parte final. De ele voltar para casa, para a família.</i></p> <p>Sr. David - <i>É uma loucura isto</i> (risos) <i>Eu não sabia para o que vinha.</i></p> <p>Carla - <i>Gostaram mais desta sessão ou da anterior?</i></p> <p>D. Helena - <i>Eu gostei muito mais desta.</i></p> <p>D. Glória - <i>Oh eu gostei das duas</i></p> <p>Sr. David - <i>Cada vez melhor</i></p> <p>(Nota de campo nº 5)</p> <p>IMPROVISAÇÃO “O VELHO, O MENINO E O BURRO”</p> <p>Sr. José: <i>Eu senti-me à vontade.</i></p> <p>D. Glória: <i>Eu gostei de tudo.</i></p> <p>Carla: <i>Acabou por perceber que defendia todos.</i></p> <p>D. Glória: <i>Gostei de me rir.</i></p> <p>Sr. David: <i>Isto vai prometer.</i></p> <p>Sr. David: <i>Senti mais confiança. Tive mais livre. Continuo a achar que estou enganado</i></p> <p>Carla: <i>Mas está enganado como? Alguém o obrigou a inscrever-se?</i></p>
--	--	---

	<p>Sr. David: <i>Não. Mas tenho medo de não corresponder às suas expectativas. De não ser um bom actor.</i></p> <p>Carla: <i>Eu estou aqui a descobrir com vocês. Estou a aprender com vocês....</i></p> <p>Sr. José: <i>Estamos sempre a aprender. E tudo é positivo na vida.</i></p> <p>D. Teresa: <i>Gostei de tudo na sessão. Do velho, do aquecimento, tudo. Não tenho nada a apontar contra</i></p> <p>Sr. Casimiro: <i>Eu achei que estava uma confusão muito grande. Estavam todos a falar ao mesmo tempo. E eu até me afastei. Hoje não participei tanto como nas sessões anteriores porque achei que estava muita confusão.</i></p> <p>Carla: <i>O Sr. Casimiro podia ter aproveitado a confusão para tentar pôr fim à discussão. Podia contar uma anedota, por exemplo. Na improvisação há coisas que surgem assim...</i></p> <p>(Nota de campo nº 6)</p> <p>DINÂMICAS DE INTEGRAÇÃO DO SR. ROBERTO</p> <p>Esta parte foi mais complicada para os seniores, mas mais divertida. Rimo-nos muito, principalmente quando acontecia algo como: alguém olhar para o Sr. Casimiro e atirar-lhe a bola mas dizer Carla, por exemplo.</p> <p>C.O.: Penso que foi uma boa forma de começar a integrar o Sr. Roberto.</p> <p>A partir do momento em que introduzi as duas últimas ordens foi mais difícil. Ao mesmo tempo, mais divertido. Todos se riam de si próprios e uns dos outros pelo facto de se enganarem.</p> <p>Os seniores fartaram-se de rir quando se enganavam e trocavam o sentido sem estar na altura de o fazer. Pediram para repetirmos mais do que uma vez.</p> <p>AValiação da Sessão</p> <p>Carla – <i>O que mais gostou?</i></p> <p>Sr. Roberto – <i>Aquelas brincadeiras da bola e do...zipp.</i></p> <p>Carla - <i>Vai continuar?</i></p> <p>Sr. Roberto – <i>Sim...sim.</i></p> <p>D. Celeste – <i>Eu gosto muito de me rir. De dar umas gargalhadas grandes. Já deve ter dado para perceber. É instantâneo. Fui sempre assim. Já a minha mãe era igual.</i></p> <p>D. Glória – <i>Para quem está a ver como nós, eu acho que estive muito bem.</i></p> <p>D. Celeste – <i>Foi? Ainda bem. Melhor.</i></p> <p>Carla - <i>E que mais gostou?</i></p> <p>D. Celeste – <i>Eu gostei de tudo. Eu também gosto do convívio. A gente diverte-se. Passa um bocado de tempo bom.</i></p> <p>D. Glória – <i>E faz-se tudo na mesma.</i></p> <p>D. Celeste – <i>E a gente consegue fazer o que está lá do outro lado, em casa.</i></p> <p>Carla - <i>Sr. Casimiro...</i></p> <p>Sr. Casimiro – <i>Eu praticamente gostei de tudo. Fez-me lembrar muito de quando éramos miúdos, vínhamos todos contentes da escola. Gostei</i></p>
--	---

	<p><i>muito dessa parte. Também gostei do zipp. Isto deve ser engraçado é seguido.</i></p> <p>D. Celeste – <i>Zipp.. É... seguido. Isto é preciso um bocado de concentração.</i></p> <p>D. Celeste - <i>O objectivo aqui é a nossa cabeça trabalhar.</i></p> <p>Carla – <i>Sr. Casimiro e o que menos gostou?</i></p> <p>Sr. Casimiro – <i>Eu gostei de tudo</i></p> <p>Sr. Casimiro – <i>Mas eu não estou a ver o que menos gostei. Gostei de tudo.</i></p> <p>Carla – <i>D. Helena...</i></p> <p>D. Helena – <i>Eu gostei de tudo. Achei muita piada à D. Celeste.</i></p> <p><i>(Muita confusão, não se percebe nada)</i></p> <p>D. Helena – <i>Gostei muito da bola, do shipe.</i></p> <p>D. Celeste – <i>Não é shipe, é zipp. (rindo-se às gargalhadas)</i></p> <p>Sr. José – <i>Eu gostei muito da história aqui da D. Helena, do sardão.</i></p> <p><i>(Muita confusão, não se percebe)</i></p> <p>Carla – <i>D. Glória.</i></p> <p>D. Glória – <i>Gostei muito do zipp. Gostei muito deste casal. (Sr. Roberto e D. Celeste) A que menos gostei foi da nossa, estava muito murchinho. Para ser trabalhado como deve ser...era muito pouco tempo.</i></p> <p>Carla – <i>Sr. José</i></p> <p>Sr. José – <i>Eu de momento que me divirta porque a minha natureza é assim. Diverti-me.</i></p> <p>(Nota de campo nº9)</p> <p>AVALIAÇÃO SESSÃO “POEMAS”</p> <p>Sr. José – <i>Temos de estudar e de preparar-nos.</i></p> <p>D. Celeste – <i>Rimou um com o outro não rimou, eu acho.</i></p> <p>Carla – <i>Mas a poesia não tem de rimar.</i></p> <p>D. Celeste - <i>Não. Jogavam bem as palavras.</i></p> <p>Carla – <i>Sim. Todos vocês acabaram por conseguir conjugar, de uma forma ou de outra, textos que não tinham nada a ver uns com os outros. Mas eu queria que vocês... cada um de vocês a dizer o que é que sentiu, o que descobriu a fazer estes exercícios. A D. Helena disse que acha que não tem jeito.</i></p> <p>D. Helena – <i>Eu...</i></p> <p>Carla – <i>Mas uma coisa não tem nada a ver com a outra.</i></p> <p>D. Celeste – <i>Mas agora a Carlinha também nos pode dar um palpite. O tempo também é pouco. Mas também pode, que está habituada a este género, pode nos dar uma avaliação se nós somos capazes ou não de construir alguma coisa, ou de representar.</i></p> <p>Carla – <i>D. Celeste eu não estou aqui para avaliar ninguém. Estou aqui para vos proporcionar um momento de lazer, através do teatro.</i></p> <p>D. Celeste – <i>Também é verdade.</i></p> <p>Carla – <i>Dentro disto eu gostava que vocês também aprendessem alguma coisa...Todo este trabalho que vocês estão a fazer não é por acaso.</i></p>
--	---

	<p><i>Todo este trabalho é necessário. Não tem nada a ver com ter jeito ou não ter. Aqui todos têm jeito... Nós estamos aqui a descobrir o que somos capazes de fazer. Porque a D. Helena acha que não tem jeito, mas tem porque fez aquilo que lhe foi proposto. Todos vocês fizeram aquilo que vos foi proposto. Agora para vocês é estranho. Porque se calhar nunca fizeram tal coisa. Algum dia lerem um poema aos gritos? Algum dia leram um poema com raiva?</i></p> <p>D. Celeste – Não.</p> <p>Carla – <i>Algum dia lerem um poema sobre a morte como se estivessem apaixonados?</i></p> <p>D. Celeste – (ao mesmo tempo que eu falo) <i>Isso filmado deve ser engraçado.</i></p> <p>Carla – <i>Tudo isto são processos necessários para o actor trabalhar e conseguir fazer determinadas coisas em cima do palco. Não é uma questão de ter jeito. O jeito, entre aspas, já lá está. Nós é que ainda não sabemos, estamos a descobri-lo.</i></p> <p>D. Celeste – <i>E vamos adquirindo estar mais à vontade. E isto até nos ajuda no dia-a-dia. Não é?</i></p> <p>Carla – <i>Eu espero que sim.</i></p> <p>D. Celeste – <i>Ajuda-nos muito.</i></p> <p>Carla – <i>A D. Teresa está com uma cara...</i></p> <p>D. Helena – <i>Eu acho que ela sobressai muito bem.</i></p> <p>Carla – <i>Mas D. Helena não estamos aqui para sobressair.</i> (muita confusão, não se percebe)</p> <p>D. Celeste – <i>D. Helena ninguém é igual a ninguém.</i></p> <p>D. Teresa – <i>Eu pessoalmente não gostei da minha prestação. Porque sei que não fiz aquilo que me pedi.</i></p> <p>Carla – <i>Todos fizeram aquilo que eu pedi, mas à vossa maneira.</i></p> <p>D. Teresa – <i>Eu sei que tinha de usar o texto mas por outras palavras (devia querer dizer com outro sentido). Mas eu não consegui.</i></p> <p>Carla – <i>Todos conseguiram. Mas cada um à sua maneira.</i> (não se percebe)</p> <p>Carla – <i>Todos fizeram o que eu pedi. De uma forma ou de outra, mas fizeram. Também foi a primeira vez que fizeram isto. Eu a primeira vez que fiz isto também achei estranho, também me fez confusão, também tive dificuldade.</i> (Não se percebe. Confusão)</p> <p>D. Glória – <i>Olha eu tenha jeito que não tenha, venho para aqui para me divertir.</i></p> <p>Sr. Casimiro – <i>Eu também. Gosto muito disto, das coisas que aprendo aqui. Ou com jeito ou sem jeito diverti-me também.</i></p> <p>Carla – <i>Como se sentiu a fazer esse exercício.</i></p> <p>Sr. Casimiro – <i>À vontade. Gritei...ri-me. Tentei seduzir a minha mulher, mas ela já está farta de mim.</i></p> <p>Sr. José – <i>Não está farta de si porque ainda não o deixou.</i></p> <p>Carla – <i>Mas foi difícil?</i></p> <p>Sr. Casimiro – <i>Não. Não achei.</i></p> <p>Sr. Roberto – <i>Gostei. Esta parte foi bastante diferente da semana passada. Mas o objectivo também é, penso que também dos outros, é divertir-me, rir, passar tempo. Nós também não somos artistas.</i></p> <p>D. Teresa – <i>E aprender alguma coisa.</i></p>
--	--

		<p>Sr. Roberto – <i>Isto também tem uma variedade de coisas tão grande...umas mais para rir. Outras encaixamos melhor, outras pior. Mas eu gostei muito.</i></p> <p>Fala do facto de as sessões terem sido diferentes. Na semana passada teve de improvisar e as ideias não lhe saíam tão bem.</p> <p>D. Glória – <i>Mas assim é melhor.</i></p> <p>D. Teresa – <i>Engraçado. Eu acho que não. Eu gosto mais sem texto.</i></p> <p>Sr. Roberto – <i>Também me rio muito graças à D. Celeste que ela contamina o resto das pessoas. Começa a rir...</i></p> <p>Sr. José – <i>Fico muito satisfeito. A D. Celeste tem muito jeito</i></p> <p>Carla – <i>Já falamos sobre isso. Cada um tem o seu estilo.</i></p> <p>Sr. José – <i>Mas o engraçado é que estamos sempre a aprender.</i></p> <p>Carla – <i>Mas foi difícil?</i></p> <p>Sr. José – <i>Não foi difícil. Era fácil se a gente fosse corresponder ao texto... era mais fácil. Mas como nós tínhamos...de não respeitar o que estava no texto...</i></p> <p>Carla – <i>Não. O objectivo era usar só o que estava no seu texto.</i></p> <p>Sr. Roberto – <i>Mas nós misturamos. E senti-me um bocadinho fora do jogo. Mas aqui estamos todos a ganhar. Estamos todos a aprender, a divertir-nos, a conviver.</i></p> <p>(Nota de campo nº 10)</p> <p>Sr. David - <i>Eu senti-me um bocado perdido no início. Mas estava deliciado com o que estava a ver. É fantástico estar aqui. Sinto que estou numa equipa que eu admiro.</i></p> <p><i>Eu ando em muitas coisas mas fiquei cativado com o Teatro.</i></p> <p>(Nota de campo nº 11)</p> <p>Entretanto chegou a D. Glória que disse: <i>Como eu tenho muito que aprender decide vir. Tenho muito trabalho. Mas faço depois. Eu preciso de trabalhar muito.</i></p> <p>(Nota de campo nº 17)</p> <p>A D. Glória mais uma vez disse que apesar do marido não ir, ela ia para puder aprender e melhorar. Noto que está um pouco mais segura e desinibida. Mas sinto que há ainda muito trabalho para fazer. Dá-me a sensação que ela quer fazer a sua cena o mais rápido possível para sair do palco. É de facto complicado pôr um adulto a fazer papel de criança. No entanto, denotam-se melhorias.</p> <p>(Nota de campo nº 19)</p>
	<p>Dificuldades sentidas</p>	<p>EXERCÍCIO “NOME COM GESTO”</p> <p>Os participantes inicialmente estavam um pouco inibidos. Alguns na primeira volta esqueceram-se do gesto que tinham inventado (...) Chamei-os à atenção para a necessidade de estarem concentrados e atentos para se lembrarem dos gestos uns dos outros (exercício da memória) (...).</p> <p>(Nota de campo nº1)</p> <p>EXERCÍCIO “QUEM SÃO OS TEUS VIZINHOS?”</p>

		<p>Denotou-se alguma desorientação de alguns (D. Helena e Sr. David a dizerem o nome dos colegas)</p> <p>EXERCÍCIO “ESPÍRITO DE GRUPO”</p> <p>Os participantes sentiram alguma dificuldade a coordenarem-se enquanto grupo. Sendo que alguns não conseguiam andar com os pés “colados” ao calcanhar do colega da frente</p> <p>No caso da D. Glória e do Sr. José havia muita tensão da parte dos dois. Sentiam vontade de rir. Os olhos choravam (da D. Glória).</p> <p>Chamei-os a atenção para o facto de existirem vários planos: em cima, em baixo, esquerda, direita. No entanto, os participantes ficaram-se sempre pelo movimento de braços e sempre no plano normal.</p> <p>EXERCÍCIO DO ESPELHO</p> <p>Nesta dinâmica denotou-se a falta de à vontade dos pares que não se conheciam (D Laura/Sr. David e Sr. José/D. Helena). No primeiro caso, denotavam-se as mãos a tremer e muita tensão. No segundo caso, falta de coordenação a seguir os movimentos um do outro.</p> <p>(Nota de campo nº2)</p> <p>EXERCÍCIO “PALMAS”</p> <p>No primeiro exercício, os participantes estavam um pouco inibidos e caminhavam com muito pouca energia.</p> <p>A principal dificuldade neste exercício foi os participantes responderem correctamente à ordem dada, p.ex.: 3 palmas (param, mudam de direcção e cumprimentam o colega que estiver mais perto)</p> <p>EXERCÍCIO “IMAGINANDO QUE”...</p> <p>O Sr. David tinha vergonha, só se ria, dizia que a cabeça dele não dava para isto, que não tinha imaginação para estas coisas, que estava enferrujado, etc.</p> <p>EXERCÍCIO “CORRIDA EM CÂMARA LENTA”</p> <p>No fim deste exercício os participantes afirmaram que era muito difícil andar devagar e lutar para não ser o primeiro. O Sr. David referiu: “é contrário ao que estamos habituados. É muito difícil”</p> <p>EXERCÍCIO “ILHAS”</p> <p>Da primeira vez que os seniores fizeram o exercício tiveram alguma dificuldade em tocarem-se/agarrarem-se para se ajudarem uns aos outros e não caírem no mar.</p> <p>O objectivo era que as estátuas estivessem totalmente relaxadas e se deixassem moldar pelo escultor. Porém, inicialmente, o que acontecia era que o escultor dizia às estátuas como se deviam colocar. Fui dando orientações para que as estátuas estivessem totalmente relaxadas e se deixassem moldar. Assim, à medida que o exercício foi progredindo, denotou-se uma maior concentração da parte de todos, excepto do Sr. David, que continuou tenso. E dizia constantemente: “Oh menina Carla a minha cabeça não dá para isto. Eu não estou bem hoje.”</p> <p>(Nota de campo nº3)</p> <p>EXERCÍCIO “ILHAS”</p> <p>Inicialmente, tive a sensação que havia da parte do Sr. José e do Sr. David dificuldade a juntarem-se ao grupo, de forma que ficavam com os calcanhares fora das ilhas. Porém, à medida que o jogo foi avançando e pela necessidade de não caírem ao mar isso foi-se atenuando, de tal modo que na última jogada o Sr. José saltou para as costas da D. Laura e até lhe deitou os óculos ao chão. Chamei-os a atenção para o facto de que deveriam ter atenção uns aos outros. Fi-los ver que provavelmente haveriam soluções mais confortáveis e mais seguras do que aquelas para</p>
--	--	--

		<p>se salvarem todos.</p> <p>EXERCÍCIO “MÁQUINA”</p> <p>Este exercício teve uma duração curta, mas todos participaram com bastante entusiasmo. No início, o Sr. José e o Sr. Casimiro estavam “fora da máquina”. Pedi-lhes que se colocassem na máquina, para não se esquecerem que eram peças de uma única máquina e que tinham de funcionar em conjunto. Caso contrário, a máquina partia-se.</p> <p>O Sr. David estava com uma expressão visivelmente de vergonha e dizia que era o único que não tinha jeito para aquilo. Não estava à vontade.</p> <p>(Nota de campo nº 04)</p> <p>IMPROVISACÃO “VINDIMAS, TRAIÇÃO...”</p> <p>Sr. José - <i>Não me senti muito à vontade. Fiquei muito satisfeito quando o Casimiro ia buscar as uvas. De resto, não me senti muito á vontade</i></p> <p>Sr. Casimiro – <i>Não achei muita graça na parte inicial.</i></p> <p>Sr. David – <i>Eu não sabia como sair daquela situação. Como eu sou, depois de me ter metido naquele sarilho...</i> (falando da improvisação)</p> <p>(Nota de campo nº 5)</p> <p>EXERCÍCIO DE RESPIRAÇÃO ABDOMINAL</p> <p>Nesta altura aproveitei para lhes ensinar a fazer a respiração abdominal. A D. Teresa e o Sr. José dizem que o professor de música já lhes ensinou, mas não conseguem fazer. Peço-lhes para colocarem a mão sobre o abdómen. Para ajudar à compreensão uso o exemplo do balão: “Vamos imaginar que somos um balão. Ao inspirarmos o ar, o balão enche (mostro-lhes a minha barriga cheia de ar). E de seguida, quando expiramos, o balão esvazia.” (mostro-lhes a barriga sem ar)</p> <p>O Sr. David faz o exercício sem dificuldade. A D. Glória diz que é impossível porque o ar vai para os pulmões eu explico que é preciso treino. E que há pessoas que fazem com mais e outras com menos dificuldade.</p> <p>A D. Teresa, o Sr. José e o Sr. Casimiro quase conseguem.</p> <p>(Nota de campo nº 6)</p> <p>IMPROVISACÃO “QUEM COM FERROS MATA COM FERROS MORRE”</p> <p>Sr. Casimiro ri-se e diz: <i>Não deu. Nós não estamos preparados para isto.</i></p> <p>(Nota de campo nº 7)</p> <p>MOVIMENTOS NO ESPAÇO</p> <p>Houve aqui alguma dificuldade em termos de expressão de criatividade. Fui-lhes dando orientações para que pensassem nas várias possibilidades do nosso corpo: podia movimentar-se no chão, atrás, em cima, em baixo, etc..</p> <p>No exercício de movimentarem-se em 8 tempos houve também alguma dificuldade. Parei o exercício e pedi que batessem o ritmo com os pés, mostrando-lhes que cada “frase” da música correspondia a esses 8 tempos. O objectivo era que respeitassem esses 8 tempos. Quando lhes pedi que metade do grupo se movimentasse nos 8 tempos e que os restantes estivessem parados e ao 8º tempo se movimentassem e os restantes parassem, foi difícil para eles perceberem.</p> <p>(Nota de campo nº 8)</p>
--	--	---

		<p>HISTÓRIAS CÔMICAS</p> <p>De seguida, propus ao outro grupo que apresentasse. Nesta altura, o Sr. Roberto disse que o que tinham feito não estava bem.</p> <p>Carla – <i>Porquê?</i></p> <p>Sr. Roberto – <i>Porque nós não fizemos assim. Nós íamos contar a história.</i></p> <p>Carla – <i>E é essa a história que vão dramatizar?</i></p> <p>Sr. Roberto – <i>Não sei. Eu ia contar a história.</i></p> <p>Carla – <i>Mas a sua ou a d. Celeste?</i></p> <p>D. Celeste – <i>A minha não tem nada a ver com a dele.</i></p> <p>Carla – <i>Mas então porque está o Sr. Roberto vestido de mulher?</i></p> <p>Sr. Roberto – <i>Não sei.</i></p> <p>Carla – <i>Vamos definir então em primeiro lugar, qual a história que querem usar: a do Sr. Roberto ou a D. Celeste?</i></p> <p>Sr. Roberto – <i>Pode ser a minha.</i></p> <p>D. Celeste – <i>É pode ser. A minha é muito grande.</i></p> <p>Carla – <i>Ok. Agora têm de nos contar a história mas não como se estivessem a contar a história: “Eu um dia fiz isto aquilo.” O que nós queremos é que dramatizem isso, representem.</i></p> <p>D. Celeste – (virando-se para o Sr. Roberto) – <i>Como no teatro.</i></p> <p>Sr. Roberto – <i>Mas sem ter nada escrito?</i></p> <p>Carla – <i>Definem mais ou menos a situação, onde estão, quem são e...fazem. É improvisação. É o que sai na hora.</i></p> <p>Sr. Roberto – <i>Oh eu não consigo fazer isso.</i></p> <p><u>Avaliação</u></p> <p>Carla – <i>O menos positivo</i></p> <p>Sr. Roberto - <i>Os tempos mortos. No início custou-me a encaixar. Mas entrei no ritmo.</i></p> <p>D. Celeste - <i>Está me a custar um bocado a improvisar.</i></p> <p>Carla - <i>Ninguém diria.</i></p> <p>(Todos se riem)</p> <p>Sr. Roberto - <i>Representar foi o que me custou mais. Não posso dizer que foi o que menos gostei. Foi o mais difícil.</i></p> <p>(Nota de campo nº9)</p> <p>RITMOS</p> <p>Volto a explicar o exercício e invento o meu ritmo. Inicialmente há alguma dificuldade da parte do grupo de executar o ritmo de uma forma coordenada. Entretanto, a partir do momento em que o perceberam, aumentaram-no. Isto aconteceu em todos os exercícios.</p> <p>No geral todos conseguiram perceber e fazer os ritmos que se iam inventando, com excepção da D. Helena que o fazia de uma forma completamente descoordenada; da D. Celeste que chamava a atenção e se ria dos outros quando os via a fazerem mal, mas ela própria fazia de uma forma descoordenada. Também a D. Glória se enganou bastantes vezes e dizia: “Isto é muito difícil”. Eu sempre que me apercebia que o</p>
--	--	---

		<p>ritmo proposto por alguém era difícil de realizar pedia para a pessoa em questão simplificar um pouco. Para além disso, para facilitar contava o número de palmas ou dizia, por exemplo: cabeça, peito, pernas, palmas (de acordo com o ritmo que cada um tinha inventado).</p> <p>(Nota de campo nº 10)</p> <p>FURAR A PAREDE COM A VOZ</p> <p>A maior dificuldade neste exercício foi conseguir fazer a respiração abdominal. Esta ainda não é dominada pelo grupo. Assim, a D. Glória por exemplo, tossia sempre e dizia que ficava tonta. A voz da D. Helena nem se ouvia. O Sr. Roberto gritava.</p> <p>Fui trabalhando individualmente com cada um dos elementos no sentido de os levar a perceber que o objectivo não era gritar mas sim projectar a voz, usando a respiração abdominal.</p> <p>À medida que o exercício foi progredindo sentiu-se uma procura de um tom comum e uma maior projecção de voz. Porém, não tive a sensação de ter sido um exercício que lhes tenha agradado muito.</p> <p>(Nota de campo nº 12)</p> <p>LEITURA – POEMAS</p> <p>Neste exercício denotou-se dificuldade principalmente nas duas últimas propostas e mais concretamente na proposta de ler o poema como se estivessem a discutir, dado que houve a tendência de dizer o poema de uma forma cantada.</p> <p>D. Helena – <i>Não tenho jeito para representar isto.</i></p> <p>(Nota de campo nº 20)</p>
	Estratégias de resolução das dificuldades encontradas	<p>ILHAS</p> <p>Eles próprios descobriram que se se colocassem ao pé-coxinho, se se agarrassem, pegassem ao colo, etc., mas hipóteses teriam de se aguentarem sem cair ao mar</p> <p>(Nota de campo nº3)</p>
	Adaptações dos exercícios às capacidades dos idosos	<p>Para dar início à sessão peço que todos se sentem em círculo como fazemos sempre. Desde a última sessão que decidi que antes de dar início ao Atelier começo por perguntar-lhes como correu a semana, se têm coisas para contar, sejam elas boas ou más.</p> <p>(Nota de campo nº 6)</p> <p>RITMOS COM SAPATO: “LÁ VAI UMA LÁ VÃO DUAS...”</p> <p>O exercício seguinte foi mais difícil de realizar pelos seniores e teve de ser adaptado na hora. Primeiro tive de mandar retirar um sapato. Cada um ficava apenas com um sapato à sua frente.</p> <p>O exercício como estava planificado gerou muita confusão: os sapatos ficavam todos à frente do Sr. José e da D. Glória; o Sr. Roberto e a D. Roberto atiravam os sapatos pelo ar; a D. Helena atirava os sapatos no sentido contrário. Porém, também gerou muito divertimento. Fartamo-nos de rir.</p> <p>Depois apercebi-me que algumas pessoas não conseguiam ter as pernas cruzadas (algo que eu já tinha previsto, mas que não tinha imaginado que dificultasse a execução do exercício).</p> <p>Por outro lado, o próprio ritmo a ser executado foi alterado: pedi que cada um pegasse no seu sapato e batesse o ritmo no meio das suas pernas (ao invés de ir passando os sapatos para o lado direito). Apenas a parte relativa ao refrão é que se manteve.</p>

	<p>Construção do “Baú das improvisações”</p>	<p>BAÚ</p> <p>Enquanto eu preparava o rádio, a máquina fotográfica, o gravador, etc. chegou o Sr. José (novamente atrasado) que disse que trazia as calças que eu pedi. Eu explico que não pedi umas calças especificamente. Pedi peças de roupa e outras coisas que não precisem que já estivessem velhas. O Sr. David diz que ainda não trouxe nada porque não sabe o que eu quero. A D. Glória diz que já trouxe as luvas; a D. Teresa diz que não sabia de nada. Volto a explicar que o objectivo é trazer roupas velhas e outros adereços para fazermos um baú para aquilo que for necessário.</p> <p>C.O.: Estou a sentir uma dificuldade muito grande com esta questão do baú. Dá-me a sensação que os seniores não percebem o que eu estou a pedir. Eles dizem que não sabem o que trazer porque não sabem o que eu quero. Eu explico que são roupas, cachecóis, meias, sapatos, chapéus, ou outras coisas do género velhas. Não sei explicar isto de outra forma. Mas uma boa solução talvez seja na próxima sessão eu levar algo para eles perceberem o que se pretende.</p> <p>(Nota de Campo nº 6)</p> <p>Mostrei-lhes os adereços que tinha levado: 2 malas, um lenço, toucas, chapéus, relógios de pulso, uma agenda, 2 carteiras, despertador. E coloquei-os no nosso baú. Nesta altura, o Sr. David perguntou se os relógios e agendas e esse tipo de coisas também serviam.</p> <p>C.O.: Bem me parecia que estava na altura de ser eu a mostrar que tipo de objectos é que eu falava. Os seniores não estavam a perceber.</p> <p>(Nota de campo nº 8)</p> <p>A D. Helena disse-me que tinha trazido lenços e malas para as improvisações. E disse: “A minha filha disse que queria saber qual era o poema que eu vou ler para me ajudar”. Eu expliquei que nada estava decidido. Para ela não se preocupar.</p> <p>(Nota de Campo nº 11)</p>
	<p>Percepções/aprendizagens sobre o teatro</p>	<p>Carla: <i>Mas não está a gostar?</i></p> <p>David: <i>Não é isso. Não sei explicar. Faz-me confusão...desde pequeno que eu ia ao teatro e adorava...mas sempre me fez confusão as pessoas fazerem aquilo que não são.</i></p> <p>Carla: <i>Mas isso é que é teatro. É uma oportunidade de fazer de conta.</i></p> <p>David: <i>Mas faz-me confusão menina Carla.</i></p> <p>Carla: <i>Mas está aqui por obrigação?</i></p> <p>David: <i>Não, não. Eu gosto. A menina Carla faz-me bem.</i></p> <p>David: <i>Eu quando vim para aqui tinha muitas reticências. A minha mãe era uma apaixonada por teatro e levava-me aos teatros em Lisboa. Mas nunca mais representei nem fiz nada. Mas quando fiz, davam-nos um texto e decorávamos.</i></p> <p>Glória: <i>A gente enquanto não percebe faz-nos confusão. Ainda no outro dia falamos em ti. O meu pai disse que lhe custou ver-te dar um estalo ao teu pai na peça de teatro.(Hotel da Bela Vista) Quem se está de fora, não percebe. Mas eu disse ao meu pai: mas aquela não era a Carla.</i></p> <p>C.O.: A D. Glória costumava ver-me na peça de teatro Hotel da Bela Vista, na qual eu encarnava a personagem de Baronesa de Stetten e o meu pai de meu amante, sendo que a minha personagem a dada altura dava um estalo à personagem do meu pai. No entanto, percebe-se que alguns elementos, nomeadamente a D. Glória, começam a perceber que quem está em cima do palco é a personagem e não a pessoa.</p> <p>(Nota de campo nº 6)</p>

		<p>Pedi-lhes que, durante o espectáculo, atentassem nos cenários, nas luzes, nos figurinos e nas personagens.</p> <p>Sr. José – <i>Nós agora já reparamos nessas coisas.</i></p> <p>Carla – <i>Ah. E não se esqueçam de prestar atenção à história, no que diz respeito principalmente à memória, às recordações.</i></p> <p>Durante o espectáculo, chamei-os à atenção para o facto do cenário estar de facto a ser projectado na tela. Era uma foto de uma parte do CCB (Centro Cultural de Belém) que seria metaforicamente, o Palácio onde estes tinham ficado adormecidos durante 100 anos. Esta projecção dava a ideia de passagem de tempo: ficava mais clara ou mais escura, as nuvens mexiam-se, ficava vermelha em momentos de perigo...</p> <p>(Nota de campo nº9)</p> <p>Perguntei-lhes qual foi a sensação de estar em cima do palco?</p> <p>Todos dizem que foi normal. Igual ao que sentem quando estão no chão, na plateia. Mas o Sr. José disse que devia ser bem diferente quando tivesse público.</p> <p>(Nota de campo nº 14)</p> <p>Todos disseram que estudaram o texto e traziam as suas deixas sublinhadas e os seus textos com os seus nomes, como eu tinha sugerido.</p> <p>(Nota de campo nº 16)</p>
FASE CRIATIVA	Dificuldades	<p>Na cena das “Jardineiras Floreiras” houve alguma confusão: os seniores acham que é impossível dançar desta ou daquela maneira porque é muito difícil. O Sr. José disse que andávamos sempre a mudar e que assim era complicado. Eu pedi-lhe desculpa e expliquei-lhes que isto era um processo que se ia construindo. Nada estava totalmente definido. As coisas podiam ir mudando até ao fim, porque ao experimentarmos, na acção, por vezes, percebíamos que havia coisas que não resultavam e íamos mudando. Pedi-lhes que não se sentissem pressionados, não são actores profissionais. Eles manifestaram preocupação por minha causa, porque queriam fazer boa figura, não me queriam deixar ficar mal. E o Sr. José no fim disse: “faça como for melhor para si”.</p> <p>A D. Glória continua a ter muitas dificuldades na cena da brincadeira. Não se sente à vontade e diz que não tem jeito. É importante dar-lhe um adereço para que ela “tenha o que fazer” em cima do palco.</p> <p>Na dramatização da “Fábrica”, há alguma dificuldade em seguir o texto: os seniores perdem-se constantemente. Sugeri-lhes que improvisassem. Eles disseram que não podiam estar sem texto porque não sabiam de cor. Eu expliquei-lhes que o que eu queria dizer era que fizessem mesmo sem texto, de forma a que dissessem o que lá estava mas por outras palavras. Eles não perceberam e acabamos por fazer com os textos.</p> <p>O Sr. Roberto diz que lhe faz confusão seguir o monólogo pelo texto, perde-se e não consegue ser expressivo. E disse que preferia improvisar nessa parte. O Sr. Casimiro pelo contrário, já decorou o texto quase todo e disse que se os colegas não disseram as deixas todas direitas ele não consegue dizer o texto dele. Eu disse-lhes que nessa altura os colegas que estão em cena com o colega que se esquece têm de o ajudar, improvisando de forma a que consigam voltar ao texto. Ele disse que isso era impossível. Se os colegas não dissessem tudo direitinho como ele tinha decorado, não conseguia dizer o texto dele.</p> <p>(Nota de campo nº 18)</p> <p>O Sr. José teve muitas dificuldades a ler o texto de narrador. Pensei que ele não queria. Mas no fim ele disse que não se importava de ser</p>

		<p>narrador em conjunto com a D. Laura. Ela disse que acha que fica melhor com dois narradores que fica menos monótono. Tenho receio que o Sr. José tenha dito que quer ser narrador, mesmo não querendo mas porque pensa que é isso que eu quero, para me “fazer a vontade”. Porém, também tenho receio que ao explicar-lhe que preferia um só narrador, neste caso, a D. Laura (porque lê melhor, porque fica melhor em termos cénicos, etc.) que ele se sinta menos capaz. É uma faca de dois gumes. E para jogar pelo seguro e não ferir susceptibilidades prefiro não explicar coisa nenhuma.</p> <p>O Sr. José e a D. Helena referiram várias vezes que “isto está muito verde”.</p> <p>(Nota de campo nº 19)</p> <p>Na Fábrica, há uma grande dificuldade de leitura principalmente da parte do Sr. José e da D. Helena.</p> <p>(Nota de campo nº 20)</p> <p>O Sr. José continua a ler muito mal. Disse que está com um esgotamento e não consegue concentrar-se. Inclusivamente houve uma altura que eu pedi para improvisar e ele disse que não conseguia.</p> <p>Carla: <i>Mas tente.</i></p> <p>Sr. José: <i>Não vale a pena. Não consigo.</i></p> <p>Carla: <i>Tente. Não pode dizer que não consegue sem tentar.</i></p> <p>Sr. José: <i>Não me apetece sequer tentar.</i></p> <p>Carla: <i>Pois. Mas se tentasse de certeza que conseguia.</i></p> <p>C.O.: Entretanto, começou a tentar. E parou dizendo: Não consigo. Prefiro não insistir porque senti que ele estava a ficar inibido perante os colegas e por aquilo que já conheço dele, ele não gosta nada destas situações de exposição.</p> <p>(Nota de campo nº 21)</p> <p>Fizemos um ensaio em que só houve tempo para a primeira parte (das histórias)</p> <p>(Muito desânimo; muitos bloqueios)</p> <p>A D. Helena critica os colegas na parte da dança: está em cima do palco a dizer que “não” ao que os colegas fazem, com cara de má, acenando negativamente com a cabeça. Passou o ensaio todo com cara de chateada.</p> <p>O Sr. Roberto bloqueia na altura de falar: diz que já fez isto várias vezes, mas que agora não consegue;</p> <p>A D. Celeste não ouve as minhas indicações. Está sempre a rir-se. Desconcentra-se e desconcentra os outros.</p> <p>(Nota de campo nº 24)</p> <p>Mais uma vez senti todos desanimados, stressados, bloqueados.</p> <p>O Sr. José continua sem saber uma única deixa de cor.</p> <p>O Sr. Roberto ao contracenar com o Sr. Casimiro bloqueia. Discutiram porque o Sr. Casimiro exige que ele dê a deixa e ele diz que não consegue improvisar. O Sr. Roberto diz que não consegue dizer o que lá está exactamente por aquelas palavras. Pedi mais uma vez que o Sr. Roberto</p>
--	--	--

		<p>tentasse dizer pelo menos a deixa anterior á do Sr. Casimiro exactamente como ela era e ao Sr. Casimiro que tivesse calma e tentasse improvisar. A D. Glória diz que continua com dificuldade a fazer de menina. Diz que não sabe como há-de brincar.</p> <p>A D. Helena estava mais animada mas sempre a criticar os colegas com quem contracenava.</p> <p>Houve comentários ao facto do texto ser muito grande.</p> <p>No fim, sentei-me com eles e muito calmamente expliquei-lhes que o texto foi escrito por mim tendo em conta as suas improvisações. De seguida, foi lhes dado a conhecer e foram questionados sobre o tamanho do texto. Na altura todos concordaram. Agora a uma semana de apresentar o espectáculo não era conveniente fazermos alterações. Ainda ia ser mais confuso até porque havia pessoas que já o sabiam de cor. Pedi-lhes que se concentrassem em casa, pedissem ajuda a alguém para contracenar com eles e que tentassem decorar a maior parte do texto.</p> <p>Senti em todos uma expressão de impotência perante tal tarefa. Mas prometeram que iam tentar.</p> <p>Entretanto, quando estávamos a arrumar conversamos sobre as pessoas que os seniores convidaram (Nota de campo nº 25).</p>
	<p>Estratégias de resolução das dificuldades encontradas</p>	<ul style="list-style-type: none"> – <i>Mas é melhor estar alguém a seguir o texto lá atrás</i> (D. Laura). – <i>Sim, pode estar. Mas receio que, sendo um espetáculo de improviso, um “ponto” ainda confunda mais as pessoas. Porque se não há um texto decorado, o ponto vai dizer o quê? “Olha aqui tens de dizer isto e aquilo”... Não sei se é viável...</i> (Animadora). – <i>Uma palavra já ajuda...</i> (D. Laura). – <i>Sim se disser uma palavra ou outra já nos ajuda a lembrar o que se diz naquela altura</i> (D. Teresa). – <i>É. Uma palavra...Sim. (...)</i> (Sr. Casimiro) <p>C.O.: Todos disseram que estudaram o texto e traziam as suas deixas sublinhadas e os seus textos com os seus nomes, como eu tinha sugerido</p> <p>(Nota de campo nº 16)</p> <p>Fiquei agradavelmente surpreendida com o Sr. Roberto. Ele na semana passada tinha-me dito que não conseguia estar a ler o que estava no texto e se podia dizer, mais ou menos o que lá estava, mas por outras palavras. Eu disse-lhe que sim. No caso concreto do monólogo. Dado que se o fizer com as restantes deixas, põe os colegas numa situação complicada, nomeadamente, o Sr. Casimiro, que demonstrou a sua dificuldade perante o facto do colega (Sr. Roberto) não lhe dar a deixa correcta para ele avançar.</p> <p>Antes de começar a dizer o seu texto, sendo que eu é que contracenaria com ele, perguntou-se se podia então improvisar. Eu disse-lhe que sim mas com uma condição: dizer sempre tal como estava a última frase (a anterior ao colega responder) para dar a deixa certa a quem contracenar com ele.</p> <p>Posto isto, apercebi-me (e talvez também ele) que ele sabia o texto quase todo de cor. No monólogo, quando se perdia na linha do texto, improvisava sem perder o fio condutor e a mensagem. No fim os colegas bateram-lhe palmas e demos-lhes os parabéns.</p> <p>Por outro lado, estava muito mais expressivo, articulava bem as palavras, projectava melhor a voz, dizia o texto com mais energia.</p> <p>A D. Helena sugeriu fazer ensaios á noite. Eu expliquei-lhes que só chego do Porto às 19.30 e a instituição fecha às 19.00. Mas talvez proponha à Instituição X fazer um ou dois na semana em que tenho férias. O Sr. Roberto e a D. Glória propuseram adiar o espectáculo caso seja necessário. Eu disse-lhes que já não tinha muito mais tempo para dedicar ao Atelier. E que apresentaríamos o que tivéssemos no dia em que está, em principio, marcado. Para não se preocuparem nem se sentirem pressionados. A D. Glória disse que eles não me podiam deixar ficar mal.</p> <p>(Nota de campo nº 19)</p>

		<p>Assim que cheguei fui logo tentar montar a tela. Os seniores chegaram logo todos. O Sr. José veio logo ajudar-me. Envolvi-os na resolução do problema da tela. Porque a projecção aparecia na horizontal e a tela era vertical. Separamos a tela do tripé para a colocar na horizontal mas havia a necessidade de arranjar algo onde ela se segurasse. Eles sugeriram que se colocasse as varas da tela em vasos com areia e assim, segundo a D. Glória, já se segurava.</p> <p>Eu disse que ia tentar durante a semana arranjar uma solução.</p> <p>(Nota de campo n 25)</p> <p>O Sr. José, o Sr. Casimiro, a D. Teresa e eu montamos a tela. Foi complicado. O meu pai durante a semana arranjou uma espécie de tripé de madeira para cada pé da tela. Isso dava-lhe a estrutura para se segurar mas não para ficar esticada. Entretanto, também me sugeriu pôr um varão de chuveiro na horizontal entre uma vara e outra e colá-lo com fita isoladora à tela. Isto criou rugas. A Sofia e a Susana propuseram colocar um lençol branco por cima. Experimentamos. Nós as 3 achamos que ficava bem mas todo o grupo achou que ficava melhor a tela. Entretanto, a D. Celeste colocou um tecido por cima da tela, a fazer uma espécie de moldura e tecidos a tapar os tripés. E eu achei que ficou completamente inestético. Todos acharam que não. Pensei que seria melhor não perder mais tempo com isso e começamos a ensaiar.</p> <p>(Nota de campo n 26)</p>
	Fotos (para projecção “Pedaços de Nós”)	<p>Pedi-lhes que para a semana trouxessem fotos antigas para fazer um vídeo para dar início ao espectáculo. Foi uma confusão esta altura. Porque quando se fala em fotos antigas eles vão imediatamente à infância e começaram a dizer que não tinham fotos da infância porque não tinham máquina. Alguns falaram da escola que, naquele tempo, os rapazes estavam separados das raparigas, etc.. E o tempo foi passando...</p> <p>Expliquei-lhes que podiam ser fotos de há 10/20 anos. Eram antigas na mesma e reportavam-nos aos seus 40 anos, por exemplo, ou seja, não tinham de ser da infância (...)</p> <p>(Notas de campo n 18)</p> <p>Enquanto estávamos a conversar chegou o Sr. Roberto que trazia na mão 2 fotocópias de uma fotografia sua de quando era mais novo.</p> <p>(Nota de campo n 18)</p> <p>Entretanto, fomos para a sala preparar o espaço e materiais. Logo de seguida, chegaram a D. Celeste e a D. Teresa com um monte de fotografias. Estivemos a vê-las à medida que elas iam explicando as idades e alguns dos momentos correspondentes. Pedi-lhes que elas seleccionassem 2 ou 3 de todas aquelas fotos e mas entregassem para digitalizar.</p> <p>(Nota de campo n 20)</p>
	Guarda-roupa “Pedaços de Nós”	<p>Logo de seguida, mostrou-me um saco feito de saco de batata a imitar a serapilheira. Disse que não tinha serapilheira. Por isso, tinha arranjado aquela invenção. Também trouxe uns socos para fazer a personagem da menina. Disse que eram os que ela usa para fazer as limpezas lá em casa.</p> <p>(Nota de campo n 20)</p> <p>No início da sessão estivemos todos a ver as roupas que alguns dos seniores trouxeram: a D. Helena trouxe uma bata da Bosch que já foi sua. A D. Teresa também trouxe umas da <i>Blaukpunt</i> iguais à da D. Helena, que eram do filho. E trouxe mais algumas que eram de apertar atrás. Pedi</p>

		<p>ao Sr. José e à D. Celeste que experimentassem as que a D. Teresa trouxe, já que eram iguais à da D. Helena. Sugeri falar com a D. Glória para se arranjar uma maneira de se colocar onde diz o nome das empresas o nome “Meireles”.</p> <p>Houve algum debate sobre como tapar aquelas letras: Sr. José dizia para pôr auto-colocante; a D. Helena dizia que levava a uma costureira; eu perguntei se dava muito trabalho bordar e a D. Glória coser. Conclusão: eu fiquei de conversar com a D. Glória quando ela chegasse de férias para vermos a melhor solução, sendo que a D. Celeste e a D. Teresa se disponibilizaram para bordar se fosse necessário.</p> <p>A D. Teresa mostrou-me uma blusa branca e uma saia.</p> <p>D. Teresa: Não sei se quer uma blusa melhor? Tenho lá mais.</p> <p>Carla: Não. Esta está ótima.</p> <p>Sugeri que essa blusa e aquela saia ficassem para a personagem vizinha e a personagem “Mulher” tivesse outra saia. Fiquei também de falar com a D. Glória para trazer saias e blusas.</p> <p>(Nota de campo nº 21)</p>
FASE EXPANSIVA	Antes da apresentação do “Pedaços de Nós”	<p>A D. Glória juntou as roupas e adereços de todos e organizou o guarda-roupa numa sala contígua ao auditório. (...) Entretanto, o Sr. Roberto e a D. Celeste foram ajudar a colocar cadeiras no auditório; a D. Laura verificou todos os adereços da mala. E entretanto, ficou a estudar o texto; o Sr. José, o Sr. Casimiro, a D. Teresa e eu montamos a tela (...)</p> <p>(Nota de campo 26)</p>
	Durante a apresentação do “Pedaços de Nós...”	<p>(...) Apesar do nervosismo inicial, à medida que foram sentindo a reacção do público, ora comovido com as recordações e memórias retiradas da mala, ora divertido com cenas de sardões, traições e greves, os seniores foram ganhando uma motivação cada vez maior, uma satisfação enorme. Em cada entrada e saída de cena, nos “camarins” os seniores riam, saltavam, diziam o texto dos colegas, abraçavam-me e abraçavam-se, pegavam ao colo, davam-me beijos e diziam que o público estava a gostar.</p> <p>(Nota de campo 26)</p>
	Depois da apresentação do “Pedaços de Nós...”: o que sentimos?	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Eu senti muita sede</i> (D. Teresa) (risos) - <i>Eu adorei. Senti-me mesmo bem</i> (D. Helena). - <i>Eu acho que correu muito bem. Para aquilo que sabíamos. Acho que as pessoas gostaram</i> (D. Celeste). - <i>Andamos a patinar ali um bocado mas lá fomos andando</i> (Sr. Casimiro). - <i>Eu gostei</i> (D. Glória). - <i>Eu acho que correu bem</i> (Sr. José). - <i>Correu bem</i> (D. Laura). <p>O Sr. Roberto e a D. Celeste já se tinham ido embora.</p> <p>C.O.: Eu senti uma grande alegria (...) A caminhada que fiz até aqui com os seniores foi muito importante para mim, enquanto pessoa e profissional. Percebi que é extremamente interessante trabalhar com pessoas desta idade. Aprendemos, ensinamos, rimos, choramos... vivemos! (Nota de campo nº 26).</p>

Categorias	Sub-categorias	Indicadores/unidade s de registo	Unidades de contexto
Participação no Atelier de Teatro: razões pelas quais se inscreveram	Experimentar Aprender Divertir	<p>“quando me convidaram”</p> <p>“por ser a Carla”</p> <p>“experimentar”</p> <p>“para ver”</p> <p>“ter prazer e bons momentos”</p> <p>“Para experimentar”</p> <p>“aprender alguma coisa”</p> <p>“me faria muito bem”</p> <p>“Para experimentar”</p> <p>“rir”</p> <p>“divertir”</p> <p>“queria mesmo aprender”</p> <p>“convívio”</p> <p>“experimentar”</p> <p>“experimentar”</p> <p>“foi a menina Sofia que me telefonou parece-me”</p> <p>“Vim recordar”</p>	<p>SR. CASIMIRO (...) E eu assisti a muitos espetáculos feitos por elas. Portanto, já tinha uma ideia mais ou menos do que era o teatro. E depois quando me convidaram e por ser a Carla, já conhecia e tudo e pronto e vim.</p> <p>Disseram-nos que ia haver teatro. E eu disse-lhe a ele, quero experimentar (D. Glória)</p> <p>E a minha filha disse e formadora vai ser Carla. Pronto tudo isso me levou a que viesse (Sr. Casimiro)</p> <p>Se não fosse a Carla a gente se calhar nem vinha (D. Glória)</p> <p>Não sei (Sr. Casimiro)</p> <p>SR. JOSÉ - (...) Inscrevi-me no teatro para ver. Para ter prazer e bons momentos. Para experimentar e aprender alguma coisa. E conviver.</p> <p>D. LAURA - Foi por pensar que me faria muito bem. Porque era a professora Carla.</p> <p>D. GLÓRIA - (...) Para experimentar. Para me rir, para me divertir.</p> <p>D. TERESA - Eu gostava mesmo. Porque eu queria mesmo aprender. (...) de certa forma pelo convívio. Mas era mesmo por gosto. Para experimentar.</p> <p>SR. ROBERTO - Eu não sabia o que era o teatro. Quer dizer, eu já tinha visto peças de teatro. Mas como ator eu nunca tinha experimentado. E pronto quis experimentar. (...) Vim experimentar.</p> <p>D. HELENA - Eu eu acho que foi a menina Sofia que me telefonou parece-me. Que ia ser uma peça de teatro e eu disse que sim. Porque recorda-me dos tempos em que eu andava na escola. Em que fazíamos aquelas teatros, aqueles discursos. (...) De maneira que vim recordar algumas coisas que eu tinha aprendido da escola.</p> <p>D. CELESTE - Eu acho que foi como já disse a menina Maria João que me ligou para casa se eu queria entrar para o teatro e então como eu gosto de experimentar coisas novas eu disse que sim. Ia experimentar para ver se gostava, se continuava. Vinha ver como era. (...) Eu nunca tinha feito. Vim experimentar.</p>
	Organização mais eficaz das rotinas	<p>“nem era o dia em que me dava mais jeito”</p> <p>“deixa-se ficar e depois faz-se”</p> <p>“às vezes arrumava a casa até há uma da manhã”</p> <p>“trabalho que eu fazia em casa de manhã comecei a fazer à noite”</p>	<p>D. GLÓRIA – (...) Até nem era o dia em que me dava mais jeito, porque Sábado é o dia em que as mulheres limpam. Mas pronto deixa-se ficar e depois faz-se.</p> <p>Eu às vezes arrumava a casa até há uma da manhã. E às vezes pensava assim: "Anda Glória trabalha porque já te divertiste de manhã". (Risos) A única diferença é que o trabalho que eu fazia em casa de manhã comecei a fazer à noite. Em vez de arrumar a casa da minha mãe ao Sábado arrumava à Segunda-Feira. Tanto vale arrumar ao Sábado como à Segunda. Desde que estivesse limpa. Foi isso que eu troquei. Mais nada.</p> <p>D. TERESA - Mas não deixo de ir onde quer que seja por causa da casa, da roupa. Vou e depois faz-se. Quando puder. Não sou masoquista (...) A mim alterou basicamente a vida da casa, ou seja, deixava o</p>

<p>Implicações do Atelier de Teatro na vida dos participantes</p>		<p><i>“deixava o almoço pronto no dia anterior.. “</i> <i>“já me organizava à Sexta-Feira à noite”</i> <i>“deixava já o almoço praticamente pronto”</i> <i>“depois deixei de ir de manhã e comecei a ir à tarde”</i> <i>“la para a minha Oficina e, às vezes, não me apetecia trabalhar e começava a estudar o texto”</i> <i>“eu costumava ter um Sábado sossegadinho de manhã (risos), a tomar o meu pequeno-almoço mais o cãozinho”</i> <i>“levantar-me cedo”</i></p>	<p><i>almoço pronto no dia anterior.. (...) e às vezes ao Sábado também quando não tenho nada assim mais urgente para fazer também vou para a aldeia, de manhã pego nas trochas, faço o almoço e vou para lá plantar umas coisas. E pronto é só isso. Mas pronto. Se não ia de manhã, ia de tarde, se houvesse necessidade.</i> D. CELESTE - (...) Ah. Sim. A mim acarretou. Que eu tenho um marido que trabalha. E então eu para vir para aqui já me organizava à Sexta-Feira à noite (...). <i>E então (...), deixava já o almoço praticamente pronto. Então era chegar a casa era só esquentar ou assim ou então era só fazer uma salada...Já estava feito (...).</i> D. HELENA - (...) Eu costume ir da parte da manhã à cabeleireira e para eu estar aqui às 09.30/10.00 ou tinha que ela me meter à frente de toda gente. Mas ela não podia. (...) E depois deixei de ir de manhã e comecei a ir à tarde, ao fim daqui. SR. CASIMIRO - (...) Mudou. Ia para a minha Oficina e, às vezes, não me apetecia trabalhar e começava a estudar o texto. Ia para cama e muitas vezes ao deitar (...) Mas é que é verdade, ao deitar eu começava a dizer tudo do princípio ao fim...E dizia. Não me enganava. Estava naquele silêncio. Concentradíssimo. Sala tudo direitinho. É verdade, houve assim muitos dias seguidos. SR. JOSÉ - Sim. Alterou um bocado porque eu costumava ter um Sábado sossegadinho de manhã (risos), a tomar o meu pequeno-almoço mais o cãozinho. E tinha de me acelerar porque não sei se reparou que eu gosto de chegar a horas. D. LAURA – Ai levantar-me cedo, sobretudo no inverno. Porque não me apetecia nada levantar. Tinha dias em que...Sábados...tinha dias em que não me apetecia sequer olhar para as pessoas (...) Desde que me reformei que eu não penso a levantar-me a que horas ou a pôr o despertador. Acordo quando acordo. Posso até acordar às 07.30 da manhã. Mas não há essa preocupação. Só mudou isso mais nada. (...) E fez-me muito bem.</p>
	<p>Priorizar o Atelier de Teatro, abdicando de outras atividades</p>	<p><i>“Abdiquei das minhas atividades ao Sábado de manhã”</i> <i>“abdicar de certas coisas, de estudar outras coisas”</i></p>	<p>SR. ROBERTO - (...) Abdiquei das minhas atividades ao Sábado de manhã por causa disso (...) embora essa mudança não era todos os Sábados, era quinzenal, mês a mês, 2 ou 3 Sábados não vim por causa disso. Mas pronto (...) Foi só isso, a única alteração, alteração na rotina diária. Mas depois claro, já se sabe, a alteração...estudar o texto... (...) Sim. Alterou porque tive de abdicar de certas coisas, de estudar outras coisas. Por exemplo, estudar música, pronto e também a equivalência ao 9º ano e outras coisas...Pronto até deixei (...) Portanto, abdiquei de outras coisas... de estudar outras coisas (...) E canto também...</p>
	<p>Alívio de sentimentos negativos</p>	<p><i>“não estava a magicar, a pensar noutras coisas negativas”</i> <i>“pensava nos bons bocados que a gente se divertia, que se ria”</i></p>	<p>D. LAURA (...) E acabei por ver que era útil para mim. (...) Depois percebi que me estava a fazer bem. SR. CASIMIRO - A gente aqui não pensava nas doenças nem nos compromissos. SR. JOSÉ - Porque no momento em que estava no teatro não estava a pensar, nem estava no aborrecimento. Não estava aborrecido, nem isolado. Estava a conviver e a divertir-me. SR. JOSÉ - Psicológicos acho que sim. A mim ajudou. Eu falo por mim(...) porque, no momento em que estava no Teatro, não estava a magicar, a pensar noutras coisas negativas (...) E depois quando saía</p>

Bem-estar físico mental e psicológico		<p><i>“enquanto cá estávamos era ótimo”</i></p> <p><i>“libertava</i> <i>não pensava em mais nada”</i></p> <p><i>“ânimo lá em cima”</i></p> <p><i>“levantou muito o meu astral”</i></p> <p><i>“esqueci um pouco e convivi com outras pessoas”</i></p>	<p><i>pensava nos bons bocados que a gente se divertia, que se ria, etc., tudo o que se passou de bom cá dentro (...).</i></p> <p>D. TERESA - <i>Psicológico...hummm...também de certa forma. Pelo menos enquanto cá estávamos era ótimo (...). Porque libertava (...). Ou pensava nisto ou nas coisas que estão ali na rua.</i></p> <p>D. HELENA - <i>Enquanto estava aqui não pensava em mais nada. Gostava dos exercícios que a gente fazia. (...). Porque dava para a gente se rir.</i></p> <p>D. GLÓRIA - <i>(...) Físicos não, estou igual...Mas psicológicos fez-me bem. (...) Se eu me vinha rir, divertir, estava com o ânimo lá em cima. (...) Eu ia sempre bem-disposta...(.) Alegres, bem-dispostos, íamo-nos a rir</i></p> <p>D. LAURA - <i>Mas psicológico sim. Acho que me levantou muito o meu astral. Acho que esqueci um pouco e convivi com outras pessoas que também me ajudaram. Sobre tudo a morte do Sr. David ajudou-me a pensar um pouco que devia participar porque a vida é curta e ele morreu muito mais cedo que eu</i></p>
	Importância da ludicidade dos exercícios para o bem-estar mental	<p><i>“divertir”</i></p> <p><i>“foi brincadeira”</i></p> <p><i>“momentos alegres”</i></p> <p><i>“todos contentes”</i></p> <p><i>“macacadas”</i></p>	<p>D. TERESA - <i>(...) Mas deu para divertir, para passar umas boas manhãs. (...) Os aspetos mais positivos foi tudo o que foi brincadeira (ri-se). As crianças querem é brincadeira. (risos) Os primeiros ensaios, as brincadeiras foi tudo uma maravilha.</i></p> <p>D. GLÓRIA - <i>(...) E tive muitos momentos alegres. Saímos daqui muitos Sábados todos contentes. (...)</i></p> <p>SR. ROBERTO - <i>(...) Em que eu abano o rabo, e faço aquelas macacadas. Pronto isso eu gostei. (...) E gostei daquelas macacadas que havia. O tal “Zipp”, aquelas coisas mais no início, ou a meio (...).</i></p>
	Aumento da autoconfiança e autoestima (segurança e desinibição proporcionada pelo trabalho teatral)	<p><i>“mais segura”</i></p> <p><i>“Obrigou-me a falar. A estar mais à vontade”</i></p> <p><i>“desinibir”</i></p> <p><i>“fiquei mais segura”</i></p> <p><i>“mais à vontade em palco”</i></p>	<p>D. GLÓRIA – <i>(...) Eu senti-me mais segura, a respeito de falar. Senti-me mais segura. Cheguei a pontos que já não me importava da figura que ia fazer.</i></p> <p>SR. CASIMIRO - <i>Eu sou muito reservado. Falo muito pouco. É o meu feitio é este. E isto obrigava-me a comunicar mais. Tinha de falar com pessoas. (...) Obrigou-me a falar. A estar mais à vontade.</i></p> <p>D. CELESTE - <i>Para mim também foi uma forma de me desinibir mais um bocadinho. Eu gosto muito de falar com as pessoas. Mas fiquei mais segura (...).</i></p> <p>SR. CASIMIRO - <i>Estava mais à vontade em palco.</i></p>
	Aumento da autoconfiança e autoestima (bem-estar, satisfação pessoal proporcionada pela apresentação em público)	<p><i>“Senti-me bem. Senti-me ótima”</i></p> <p><i>“Entrei no palco como que nada fosse”</i></p> <p><i>“Não me enganei”</i></p> <p><i>“correu bem e pronto, estou contente por isso”</i></p> <p><i>“Fez-me sentir bem”</i></p> <p><i>“Ah senti-me bem”</i></p> <p><i>“no fim sentimo-nos mais</i></p>	<p>SR. CASIMIRO - <i>(...) não tinha jeito para ser patrão, que antes queria ser empregado. Não foi? Trocava aqui com o Sr. José. Mas acabei por me sair bem e gostei do que fiz.</i></p> <p>D. TERESA - <i>Eu senti-me uma atriz. (risos) Senti-me bem. Senti-me ótima. (...) Um pouco nervosa porque era a primeira vez. Mas senti-me bem.(...).</i></p> <p>D. HELENA - <i>Eu...de mim...Eu...de mim...Entrei no palco como que nada fosse.</i></p> <p>SR. ROBERTO - <i>Não me enganei. Mas foi um esforço, grande, enorme...o esforço de concentração. Mas felizmente correu bem e pronto, estou contente por isso...E ao fim já não me sentia tanto um ator de meia tigela mas um actorzinho já...amador, amador...mais (risos).</i></p> <p>D. GLÓRIA - <i>Eu senti-me um pouco nervosa, ansiosa...por ver o meu resultado. E o que vi gostei...</i></p> <p>D.CELESTE - <i>Fez-me sentir bem. Entrei em palco, nem olhei para as pessoas, não vi ninguém. Tentei dar</i></p>

Bem-estar físico mental e psicológico (Cont.)		valorizados...Eu fui capaz”	<p>o meu melhor. Não sei se consegui ou não. Mas estou satisfeita pelo resultado.</p> <p>SR. CASIMIRO - Bom...eu entrei um bocado nervoso...um bocadinho...com medo que as coisas não corressem bem, que a gente bloqueasse. Depois aquilo começou-se a desenrolar e comecei a ganhar mais confiança.</p> <p>D. LAURA - Ah senti-me bem (...) E depois também parece que não mas no fim sentimo-nos mais valorizados...Eu fui capaz, eu fiz, mal ou bem, pôr o pé em cima do palco não é fácil mas enfrentar públicos a mim não me faz impressão nenhuma (...).</p>
	Aumento da autoconfiança e autoestima (confiança, segurança, satisfação reforçadas pela reação positiva do público durante e no fim do espetáculo)	<p>“o público ri espontaneamente ou quando bate palmas”</p> <p>“Estiveram atentos”</p> <p>“Bateram palmas”</p> <p>“emocionou-se... bateram palmas”</p> <p>“estavam satisfeitos porque batiam palmas”</p> <p>“aquelas palmas todas (...) Fiquei muito feliz, muito contente”</p> <p>“gostaram muito, que estivemos muito”</p> <p>“parabéns (...) saí-me muito bem”</p> <p>“Felicitaram-me sim”</p> <p>“Disseram-me que eu...que me portei bem”</p> <p>“Eu senti-me bem. (...) Mas senti-me contente, alegre, feliz”</p> <p>“senti-me muito feliz...(.) senti-me feliz quando vi que o público estava feliz”</p>	<p>Durante</p> <p>D. LAURA - Em alguns momentos sim. E dá-se conta quando o público ri espontaneamente ou quando bate palmas espontaneamente. Então está a ser-se ator ou atriz.</p> <p>D CELESTE - Acho que o público esteve atento. Acho que demonstrou que gostou do que estava em palco. Estiveram atentos.</p> <p>SR. CASIMIRO - Portanto, para mim, acho que eles gostaram. Bateram palmas (...) O público esteve atento, emocionou-se... bateram palmas... Sinal que gostaram.</p> <p>SR. JOSÉ - Sobre o público, eu acho que todos eles gostaram... da nossa representação. (...) Estavam com atenção... E estavam satisfeitos porque batiam palmas (...).</p> <p>D. TERESA - Mas quando ouvi aquelas palmas todas percebi que tínhamos público e do bom... (risos) Fiquei muito feliz, muito contente. (...) Quando ouvi aquelas palmas todas achei que o público ou por simpatia ou porque de facto gostou, senti um carinho enorme...</p> <p>No fim</p> <p>D. CELESTE - A mim disseram-me que gostaram muito, que estivemos muito bem. Eu gostei muito por ele me ter vindo cumprimentar e agradecer (...).</p> <p>SR. CASIMIRO - Eu quando acabei fui para a plateia e o primeiro foi logo o pai da Carlinha que me deu os parabéns e disse: "Então está aqui um ator. Humm? Não sabia!" Portanto, saí-me muito bem.</p> <p>SR. ROBERTO - Felicitaram-me sim...Até vieram duas senhoras...fãs...que lhe dei 2 autógrafos... (...) E claro apanharam-me logo ali. Estava a ver que me entalavam ali. Vi-me à rasca porque iam a felicitar-me.(...) Beijinhos...algumas..."Quer um autógrafo?" "Quero, quero" (risos) E eu dei...</p> <p>D. GLÓRIA - Eu cheguei cá fora e diz a minha cunhada: "Ah eu gostei tanto do teu papel. Ri-me tanto contigo. Eu tive alguma graça? Tiveste sim..."</p> <p>(...) depois perguntei ao Nene (referindo-se ao filho): "Ai fiz lá uma figura triste.. ."E diz ele: "Não fizeste não". "Então está bem. Pronto." Eu estava morta por sair dali e que me dissessem se eu fiz figura triste.</p> <p>D. HELENA - A minha irmã e minha sobrinha vieram cá, viram. A minha sobrinha é uma pessoa com estudos. Gostou (...) Disseram-me que eu...que me portei bem.</p> <p>D. LAURA - Olha disseram "Ai que bom, ai que lindo, representou tão bem e não sei que." Não</p>

Bem-estar físico mental e psicológico (Cont.)			<p>representei nada. (...) E disseram-me para continuar...Eu senti-me bem. (...) Mas senti-me contente, alegre, feliz. Quando chegamos ao fim parece que aquilo era assim tudo cor-de-rosa, tudo diferente. Acabou...</p> <p>SR. JOSÉ - (...) e que foi muito interessante como amadores que representávamos como profissionais e senti-me muito feliz...(...) senti-me feliz quando vi que o público estava feliz (...).</p>
	Aumento da capacidade de resiliência	<p>"tento dar o meu melhor"</p> <p>"consegui"</p> <p>"tentei fazer o melhor"</p>	<p>D. CELESTE - Eu também cheguei a comentar com casais. A gente juntava-se e cheguei a comentar. E até convidei para virem aí depois assistir. E então diziam que eu era uma pessoa que me metia em tudo. Como é que eu conseguia. Digo assim: "tento dar o meu melhor para chegar ao fim" que era isso o meu objetivo, era dar o meu melhor. De certo hoje, fazia melhor não sei, ou pior...</p> <p>SR. CASIMIRO - Eu também falei a certas pessoas que andava nestas atividades. E agora por fim que também me tinha metido no teatro. "Teatro?" Umas aprovavam, diziam que é bom que se convive, outras dizem: "Oh isso não vale a pena que não vais conseguir decorar"(...) Mas não era por isso que eu não vinha. E consegui.</p> <p>D. LAURA - Falei falei com muitas amigas, casais amigos. E que uns diziam: "Mas para que é que vais? Vais te levantar tão cedo? Já não tens idade para isso, deixa-te lá de histórias. Outros: "Ah fazes muito bem, fazes muito bem porque é uma maneira de passares o tempo e tu tinhas jeito e não sei quê" Embora eu sinta que as minhas limitações já são bastantes. Mas lá vim...E tentei fazer o melhor.</p>
	Melhoria da relação conjugal	<p>"eu nunca ouvi, tantas vezes, ele a chamar-me de querida".</p> <p>"tratar a minha mulher por "amor" e "querida". "</p>	<p>D. GLÓRIA — Nós já temos brincado em casa à conta da Joaquina (...) eu nunca ouvi, tantas vezes, ele a chamar-me de querida. (gargalhada geral) (...). E brincávamos mais. Nós não brincávamos muito em casa. Só quando é preciso. (risos) Somos muito certinhos. Não brincamos muito. E nesta altura foi um pretexto para puder brincar mais (...).</p> <p>SR. CASIMIRO - A mim alterou muita coisa. Comecei a tratar a minha mulher por "amor" e "querida". Estava sempre com essa palavra na boca. E agora habituei-me e vou lhe começar a chamar sempre. (risos de todos) (...).</p>
	Exercício da memória	<p>"exercita a mente"</p> <p>"espevitou um bocado a memória"</p> <p>"puxar pela mente"</p> <p>"fez-me muito bem"</p>	<p>D. CELESTE - Acho que é ótimo. Faz bem à mente. Porque se lê, exercita a mente.</p> <p>SR. ROBERTO - (...) Em termos psicológicos...bom...espevitou um bocado a memória. Não haja dúvidas. Acho que fortaleceu um bocado a memória. Ficamos um bocado mais fortes. Espero...</p> <p>SR. CASIMIRO - Psicológicos também porque obrigou-nos a puxar pela mente porque está muito esquecida. De vez em quando é preciso levar assim umas coisinhas... umas picadelas para ela arrebitar. Portanto, fez-me muito bem.</p>
	Exercício físico	<p>"físicos (...) já estou outra vez toda enferrujada"</p> <p>"Eu na piscina já fazia</p>	<p>D. HELENA (...) mas gostei de tudo. Da parte de ginástica..</p> <p><u>Helena</u></p> <p>E em termos físicos acha que a ajudou? Acho que sim.</p>

		<p>exercícios. Mas agora acho que faço mais (...)</p> <p>"nosso corpo é muito malandro"</p> <p>"físicos...alguma coisa"</p>	<p>(...) Quer-se dizer: "Eu na piscina já fazia exercícios. Mas agora acho que faço mais (...)</p> <p>D. TERESA - Em termos físicos acho que era ótimo. Só que agora já estou outra vez toda enferrujada. (...)</p> <p>SR. CASIMIRO - Eu...os exercícios eu gostei imenso porque o nosso corpo é muito malandro. E nós em casa não fazemos...não fazíamos. Portanto, eu fiz coisas aqui que nem me passava pela cabeça fazê-las. E pronto, uma pessoa sente-se mais leve, sente-se melhor.</p> <p>D. LAURA - Acho que físicos...alguma coisa no princípio (...).</p>
	Importância do convívio	<p>"convivência conta muito"</p> <p>"ótimo, pelo convívio"</p> <p>"convivência também"</p>	<p>SR. JOSÉ (...) O ambiente é bom. (...) A convivência conta muito.</p> <p>SR. CASIMIRO - Para mim, também é o convívio.</p> <p>SR. ROBERTO - Eu acho que foi ótimo, pelo convívio.</p> <p>D. HELENA (...) Gostei de tudo e da convivência também.</p>
Socialização positiva e crítica	Importância do trabalho em grupo: sentido de união; coesão; apoio mútuo	<p>"é uma família, somos todos unidos"</p> <p>"o Teatro é das coisas que mais une"</p> <p>"somos uma equipa"</p> <p>"deu-nos força uns aos outros"</p> <p>"pequeno grupo de família"</p> <p>"ajudamo-nos todos"</p> <p>"amizade de grupo"</p>	<p>SR. ROBERTO - E o teatro em si tem coisas alegres. O Teatro eu considero isto como um sentido de união, é uma família. (...) No teatro acho que é uma família, somos todos unidos. Na dança, no canto e noutras atividades, já não é tanto assim. Já há muito mais individualidades. É um bocado mais...não é tão coeso como é o teatro. É a vantagem que tem o teatro.</p> <p>D. TERESA - Basicamente o Atelier de Teatro teve o trabalharmos em grupo que é muito diferente do que outro Atelier qualquer. E aqui era diferente. Portanto, o trabalho de grupo (...) No meu entender, o Teatro é das coisas que mais une. (...) De todas as atividades em que tenho andado, acho que o teatro é o que mais une. Trabalhamos em grupo. Eu penso que, apesar de ter sido assim pouco tempo que é das coisas que une mais. Parecíamos assim um grupinho mais familiar. (...).</p> <p>SR. JOSÉ - Tornámo-nos familiares.</p> <p>SR. ROBERTO - (...) Na Informática, as pessoas são mais indiferentes... (...) Somos uma equipa. Todos por um e um por todos. Nas outras atividades, há mais rivalidade. Aqui não. (...) Mas não há cinismo. Não há aquele cinismo...é verdadeiro. Não há aquele cinismo que há por trás das outras atividades...(...) aqui é uma equipa...é como uma equipa de futebol...jogam todos para o mesmo...todos para o mesmo prémio... (...).</p> <p>D. CELESTE - Eu também penso assim. Que é um trabalho de grupo. E como tal acho que... houve situações que deu-nos força uns aos outros. Que foi preciso.</p> <p>SR. JOSÉ - Foi um pequeno grupo de família...Sinto eu que se formou entre nós. E reforçou certas amizades... (...)</p> <p>D. GLÓRIA - Aqui dá para a gente se conhecer. E para conviver. E ninguém está com inveja uns dos outros. E ajudamo-nos todos. Trabalhamos todos em conjunto. Eu acho que para as pessoas estarem bem, é melhor isto do que todas as outras (...).</p> <p>D. LAURA - É aquela amizade de grupo. Não é aquela amizade por este ou por aquele. Mas a amizade de grupo: "Um por todos e todos por um" Penso que foi isso que cresceu entre nós.(...) Olha foi o estarmos juntos, o participarmos as alegrias e as tristezas que de vez em quando surgiam. Embora poucas e pouco</p>

Socialização positiva e crítica (Cont.)	Estabelecimento e/ou consolidação de relações	<p><i>"Amizade que a pessoa ganha"</i></p> <p><i>"Conheci pessoas"</i></p> <p><i>"Ganhei também novas amizades"</i></p> <p><i>"Conhecer pessoas novas"</i></p> <p><i>"Conhecer pessoas novas e consolidar amizades"</i></p>	<p><i>tempo.</i></p> <p>D. HELENA - (...) Já não era só uma pessoa, eram 2, 3,4. E eu acho que isso já se tornava parece que uma amizade. Eu para mim acho que é uma amizade que a pessoa ganha a conviver com as outras pessoas.</p> <p>SR. CASIMIRO - Para mim o Teatro também foi muito bom. Conheci pessoas que nunca pensei conhecê-las. Pelo convívio... Ganhei também novas amizades. (...) Aqui havia mais convívio, mais união é isso. Porque tínhamos de falar uns com os outros. Nas outras atividades não. Cada um, é como diz o Sr. Roberto, cada um desenrascava-se.</p> <p>GLÓRIA - Isto serviu para ficarmos amigos todos... (...) e para conhecer pessoas novas. (...) Na piscina...Vai-se para a piscina. É sempre a fugir. Aqui não. Aqui conhecemo-nos. Ficamos amigos (...)...Mas todos são amigos... (...).</p> <p>SR. ROBERTO - Foi muito bom. Serviu para conhecer pessoas novas e consolidar amizades (...).</p>
Memórias	Associadas a alegria	<p><i>"senti-me bem. eu era pequenina"</i></p> <p><i>"sentir bem"</i></p> <p><i>"Tenho saudade. Muito positivo"</i></p>	<p>D. GLÓRIA - Eu senti-me bem. Fez-me lembrar de quando eu era pequenina (...).</p> <p>SR. CASIMIRO - Memórias...Fez-me lembrar quando tinha 10 anos, quando andava na escola. (...) de quando íamos às castanhas. Eles a atirar com as pedras às castanhas (...) Lembrei-me do 1º chapeuzinho que eu tive.</p> <p>D. CELESTE - Fez-me sentir bem porque a gente recua um bocadinho no tempo. Eu acho que foi muito bom, apesar de tudo. Tenho saudade. Muito positivo. Fez bem à cabeça. Eu sei lá, tanta coisa.</p>
	Associadas a sofrimento	<p><i>"angústia do passado"</i></p> <p><i>"Senti alguma dor"</i></p>	<p>SR. JOSÉ - Senti uma angústia do passado. Foi uma recordação que eu trouxe de uma pessoa muito amada que era a minha irmã e não está cá. Lembrou-me o passado dela. E os momentos também bons de quando éramos garotos. Mas lembrou-me mais a saudade e a doença dela.</p> <p>LAURA - Quando se chega a uma determinada idade ou a um nível etário, a pessoa começa a sentir mais vivamente aquilo que foi no passado e isso tem uma profundidade e amplitude que não tinha há uns anos atrás quando nós andamos atarefados a fazer isto. E nisso em senti-me criança. Senti alguma dor também ao lembrar determinados momentos da minha vida que foram de sofrimento mesmo.</p>
	Transmitir de um sentir individual e coletivo e da herança cultural	<p><i>"recordar também quando eu era miúda"</i></p> <p><i>"gostei de fazer um bocadinho daquilo que eu aprendi quando era criança"</i></p> <p><i>"que se passa no real da vida de nós todos"</i></p> <p><i>"ir à procura das fotografias"</i></p> <p><i>"cantar as "Jardineiras"</i></p>	<p>HELENA (...) gostei muito de recordar também quando eu era miúda que andava na escola. Aprendi umas coisinhas e gostava e eu experimentar ou eu querer, querer experimentar fazer de velhinho. Para mim, eu acho que ainda não me esqueci. E fiquei contente por isso (...) Eu gostei de fazer um bocadinho daquilo que eu aprendi quando era criança, de quando andava na escola.</p> <p>SR. JOSÉ - Que o nome é o ideal "Pedacos de Nós" e que se passa no real da vida de nós todos, ou já passou ou continuará a passar. E nos nossos filhos e nos nossos netos e etc. (...) Nós "jogamos" e apresentamos a empresa Meireles que faz uma parte de nós mesmos na vida...E achei isso muito interessante.</p> <p>D. CELESTE - Agradou-me ter que ir à procura das fotografias, fui buscar os antepassados, foi bonito. Agradou-me cantar as "Jardineiras Floreiras" Gostei muito. Gostei.</p>

Memórias (Cont.)		<i>Floreiras</i>	D. HELENA - <i>E eu também gostei... Gostei muito das "Jardineiras Floreiras."</i>
	Relação de cumplicidade com a plateia: renascer de memórias comuns	<i>"os fez sentir também quando eram crianças"</i> <i>"coisa que os fizesse recordar"</i> <i>"quando pousei a mala e as pessoas bateram palmas"</i> <i>"mala de cartão da Linda de Sousa"</i>	D. CELESTE - <i>E acho que os fez sentir também quando eram crianças. Ou alguma coisa que os fizesse recordar porque nós trabalhamos muita coisa baseado nisso. Não é? Na nossa vida. Que às vezes acontece na vida real.</i> D. GLÓRIA - <i>Eu acho que (...) O público estava com muita atenção à história.</i> D. LAURA - <i>Eu senti sobretudo quando pousei a mala e as pessoas bateram palmas e algumas riram-se e eu não tive tempo para pensar porque se estavam a rir. Mas no fim uma senhora... um casal veio ter comigo que eu não conheço e pediu-me desculpa: "Olha nós rimo-nos muito quando a vimos com a mala mas fez-nos lembrar a mala de cartão da Linda de Sousa. Olhe deu-nos vontade de rir por ser a mala de cartão. E vieram-me dizer"Ah mas esteve muito bem e não sei quantos" (...).</i> <i>Mas senti, senti o calor do público e não sei porquê mas no fim houve muita gente que no fim me veio dar os parabéns quando eu fui para o lugar.</i>
Melhoria da comunicação e expressão	Melhor forma de articular, projetar a voz; respirar corretamente; desinibir.	<i>"Articular melhor as palavras"</i> <i>"Projetar a voz"</i> <i>"exprimir-me melhor"</i> <i>"desinibir mais um bocadinho"</i> <i>"estar mais atenta quando comunicava"</i> <i>"minha voz também saiu"</i>	SR. ROBERTO - <i>Articular melhor as palavras, estar mais desinibido.</i> D. TERESA - <i>Projetar a voz, tentar respirar corretamente.</i> SR. JOSÉ - <i>Aprender a exprimir-me melhor, sem tanta dificuldade que eu tinha (...).</i> D. CELESTE - <i>Para mim também foi uma forma de me desinibir mais um bocadinho.</i> D. LAURA - <i>(...) estar mais atenta quando comunicava utilizando as regras apreendidas ou assimiladas nas sessões cujo objetivo era atingir essa performance, ou seja, a comunicação e expressão pessoal.</i> SR. CASIMIRO - <i>A mim obrigou-me a que lesse muito, que eu era muito preguiçoso. Não gosto muito de ler. Mas aqui o teatro obrigou-me a ler. Que o meu texto decorei-o todo foi...nem a escrever nem nada. Foi só a ler. Li muitas vezes, a falar alto. Por isso é que a minha voz também saiu (...).</i>
Aquisição de novos conhecimentos e aprendizagens	Valorização das aprendizagens realizadas	<i>"aprendíamos sim, sem nos apercebermos, as regras para fazer um bom teatro"</i> <i>"se aprendem coisas novas"</i> <i>"Aprendemos coisas"</i> <i>"aprendeu-se muito"</i>	D. LAURA - <i>(...) Nós aprendíamos sim, sem nos apercebermos, as regras para fazer um bom teatro, ou melhor teatro. Isso aí como ainda não tínhamos responsabilidade era bom. Pronto (...) Eu penso que, no todo, no ir fazendo para a construção do todo eu gostei de tudo. O que me agradou mais, mais for ver as pessoas e a mim própria um pouco desinibidas, encarnando o papel (...) E isso deu-me uma grande alegria que só isso é que se faz arte. Isso é que é teatro (...).</i> <i>Mas o sairmos de nós...porque isso é uma grande limpeza de espírito, o sairmos de nós para encarnarmos numa personagem seja ela qual for e mesmo que seja pouquinho tempo. Isso é que dá beleza ao teatro (...).</i> <i>Eu... para mim, agradou-me muito isso. Eu deixando de ser eu com os meus problemas e tentando ser outra coisa. Isso é ótimo. E que, quanto mais a pessoa sai de si e encarna a personagem seja ela como for, mais torna a comunicar com o público porque no público cria-se uma personagem que não nós, que o público antevê ou vê na profundidade, é quando ele está mais calado e atento. É a intercomunicação da personagem e do público.</i> D. TERESA - <i>(...) mas porque se aprendem coisas novas, formas de estar diferentes...e foi ótimo (...).</i> SR. JOSÉ - <i>(...) Aprendemos coisas (...).</i>

			D. CELESTE - Foi muito positivo aprendeu-se muito Faz-nos crescer. E aprender é sempre bom. Independentemente da idade, acho que isso não tem importância.
Dificuldades sentidas ao longo do processo	Decorar Improvisar	<p>"quando começou a ser a sério"</p> <p>"a decorar o texto e a improvisar"</p> <p>"decorar o texto"</p> <p>"eu não estava dentro do guião"</p> <p>"foi brincar, foi fazer de Rosinha"</p> <p>"decorar"</p> <p>"decoração do texto"</p> <p>"naquele jogo em que nos sentávamos em roda"</p> <p>"concentrar"</p>	<p>D. TERESA - Sim. Principalmente quando começou a ser a sério...A verdade é que eu não estudava. Eu sou uma preguiçosa. Não estudava, não estudava, não estudava.</p> <p>SR. CASIMIRO - A decorar o texto e a improvisar.</p> <p>D. CELESTE - Sim a decorar o texto.</p> <p>D. LAURA - É assim até determinada altura eu andei por andar. Depois senti dificuldade porque era preciso estar dentro de um guião e até que eu me pusesse dentro do guião demorou muito tempo. E tanto é que eu não estava dentro do guião no palco...</p> <p>D. GLÓRIA - Portanto, a minha maior dificuldade foi brincar, foi fazer de Rosinha. Aí é que eu não me senti à vontade porque para mim é muito difícil pôr-me no papel de outra pessoa. E principalmente de uma criança a brincar. Aí não me senti à vontade. A minha preocupação era em decorar.</p> <p>SR. ROBERTO - Na decoração do texto. Senti dificuldades.</p> <p>D. HELENA - O que me custou mais foi naquele jogo em que nos sentávamos em roda com as pernas cruzadas e depois passar o chinelo. Isso custou-me mais.</p> <p>SR. JOSÉ - Tive dificuldade de me concentrar pela fase que passei. Dificuldade de concentração. Mas isso é culpa minha. Não é de ninguém...</p>
Estratégias de resolução das dificuldades	Apoio da família Escrever Ler alto Gravar e ouvir a voz Improvisar	<p>"meu neto ajudou-me"</p> <p>"improvisar"</p> <p>"eu tive de improvisar"</p> <p>"Foi só a ler"</p> <p>"sempre a dizer a mesma coisa"</p> <p>"Escrevi muito..."</p> <p>"escrevi aquilo tudo"</p> <p>"pus o meu marido a fazer-me perguntas no fim de jantar"</p> <p>"andava por casa a falar alto"</p> <p>"Oh eu já sei como é. Depois digo"</p> <p>"deixei-me ir"</p> <p>"eu desenrascava-me porque se não respondia de uma maneira"</p> <p>"Gravei a minha voz no mp3."</p>	<p>D. TERESA - Houve uma altura o meu neto ajudou-me. Ele fazia-me perguntas e dizia: "Oh vó não sabes nada." Eu não respondia nada certo, está visto. Ele tem 7 anos, lê muitíssimo bem e escreve muito bem. E dizia: "Não sabes nada".(...) Eu dizia ao meu neto: "Ajuda-me aqui. E ele lia e eu lia, respondia e ele: "Oh vó tu não sabes nada" (...). Na apresentação foi a improvisar.</p> <p>SR. CASIMIRO - Houve uma altura que eu tive de improvisar, porque fiquei ali à rasca (...).</p> <p>Andava sempre a dizer a mesma coisa: "Eu estou farto disto, eles não fazem nada. Tenho a obra para entregar e eles não fazem nada."Portanto, essa foi uma das razões positivas.</p> <p>D. CELESTE - Porque o meu problema foi o seguinte, foi não me ter mentalizado ou interiorizado que eu tinha de decorar (...).</p> <p>Escrevi muito...ia para casa...comecei a pôr o papel à minha frente. Cartões, por exemplo, aqueles cartões que vem na "Corn Flakes", do leite, aqueles cartões que vem nas embalagens. Comecei a pô-los todos lá na cozinha. Eu escrevi aquilo tudo. Escrevi o texto todo, mas mais aquela parte que me tocava a mim. Então aquilo era "tumba", "tumba", "tumba". Até que eu ao fim sabia tudo. E então pus o meu marido a fazer-me perguntas no fim de jantar. Às vezes eram 11 horas da noite e eu: "Oh Joaquim pega-me nisso e ajuda-me" "Oh, oh tu já sabes isso de cor", "Oh Joaquim faz esse favor: faz-me essa pergunta e esta" E eu até que depois eu via algumas perguntas que ainda não estava bem certinha, perguntava-as no outro dia sempre que tinha bocados e então depois pegava no texto e andava por casa a falar alto. (risos) (...) Foi um exercício...Aquilo foi portanto a forma que eu encontrei para ultrapassar essa dificuldade (...).</p>

Estratégias de resolução das dificuldades (Cont.)		<p><i>Li e gravei”</i> <i>“a minha filha”</i> <i>“escrever num papel, para encaixares isso na cabeça”</i></p>	<p>D. LAURA - <i>Olha como acabei de dizer: “Oh eu já sei como é. Depois digo”</i></p> <p>D. GLÓRIA - <i>Olha deixei-me ir. Não disse o que estava no texto. Deixei-me ir. Tentei rir-me e deixei-me ir. E deixei-me a disfarçar com as chaves. Foi a minha muleta, foi a chaves....e as minhas perninhas a abanar. Foi aí que eu pronto, entretive-me. Não olhava muito para as pessoas. (...) Só que eu sabia se não respondesse de uma maneira da outra dava igual pronto aí estava tranquila. E pronto desenrasquei-me bem, acho eu.</i></p> <p>SR. ROBERTO - <i>Embora arranjei estratégias. Gravei a minha voz no mp3. Li e gravei : “rebeu beu beu, beu beu beu”. Depois quando andava não tinha que fazer à noite ou ao Sábado e ao Domingo que ia andar metia aquilo nos ouvidos e ouvia-me a mim próprio. E foi assim. Foi por isso que eu fiquei chateado de mim próprio, porque eu sabia aquilo de cor e salteado. Não de ler muito, mas de ouvir, de me ouvir a mim próprio.</i></p> <p>D. HELENA - <i>Agora para ler o texto do Sr. Meireles...a minha filha é que me dizia: “Oh mãe tu não podes ler isso tudo”. Eu andava na varanda. Tenho uma varanda comprida. Andava lá...E a minha filha assim: “Tu vais escrever só aquelas partes que te toca a ti, que tu tens de falar, que é quando é a D. Manuela. Isto vais escrever num papel, para encaixares isso na cabeça. Eu digo-te e tu vais escrever. E depois ela perguntava-me qual era a minha parte que eu tinha de falar Quando era as coisas da Manuela, ela ditava-me e eu escrevia. E depois ela mandava-me eu ler. Para eu ...(não se percebe) senão nunca mais eu encaixava aquilo na cabeça.</i></p>
Perspetivas futuras	Manifestação do desejo de continuidade do projeto	<p><i>“amanhã se não se anda com qualquer coisa para a frente “</i> <i>“Isto não acabou”</i></p>	<p>D. TERESA - (...) <i>E quem sabe amanhã se não se anda com qualquer coisa para a frente neste sentido.</i></p> <p>D. LAURA - (...) <i>Eu dou-lhes uma esperança: “Isto não acabou. Depois começa de novo.”</i></p>
Razões pelas quais se voltariam a inscrever no Atelier de Teatro	<p>Sensação de bem-estar</p> <p>Perceção da capacidade para exercer papéis sociais com significado</p> <p>Benefícios para o exercício da memória</p> <p>Convívio social positivo</p> <p>Necessidade de aprofundar as aprendizagens realizadas</p>	<p><i>“senti-me feliz”</i> <i>“somos capazes”</i> <i>“gostei”</i> <i>“tenho capacidade para... ser um ator”</i> <i>“exercita a memória”</i> <i>“convívio”</i> <i>“aprendendo mais”</i> <i>“mais umas aulinhas”</i> <i>“gostei”</i> <i>“convivência”</i></p>	<p>SR. JOSÉ - <i>Sim, voltava novamente a repetir (...) senti-me feliz quando vi que o público estava feliz (...).</i></p> <p>D. CELESTE - <i>Voltava. Porque afinal, no fim de contas, somos capazes. E foi um trabalho muito bonito.</i></p> <p>SR. CASIMIRO - <i>Eu também repetia. (...) Porque gostei. Gostei...Foi uma experiência bonita...que gostei, saí-me bem. E acho que tenho capacidade para... ser um ator...reformado (risos).</i></p> <p>D. TERESA - <i>Gostei e como... acho interessante para a nossa capacidade. Agora que já temos, enfim, a idade que temos. A memória começa...exercita a memória tudo isto...todas estas coisas que temos de decorar e não só...mais até pelo convívio e também pela representação em sim...Voltava.</i></p> <p>D. LAURA - <i>Ah eu voltava. Mas aprendendo mais...baseando-me mais nos ensinamentos necessários para fazer melhor. Aqueles exercícios e não sei quê. Porque quando nós estamos leves sem a nossa carga só assim é que podemos voar. E o teatro quer isso: esvaziar para encher com outra coisa. E penso que precisávamos de...tirar um curso não digo, mas mais umas aulinhas. Era necessário. Se não caímos na má dicção, na postura do corpo, do gesto e tudo.</i></p> <p>D. HELENA - <i>Voltaria a inscrever-me. E depois logo via se eu encaixasse as coisas muito bem. (...) Porque gostei. Gostei da menina Carla, gostei da convivência.</i></p>

<p>Sugestões</p>	<p>Guião pequeno/ou ausência de guião Utilização de recursos cômicos Representação gestual/corporal</p>	<p><i>“Macacadas”</i> <i>“cantar”</i> <i>“pequeninas coisas”</i> <i>“gestos”</i> <i>“talvez mais pequenas”</i> <i>“decorar menos”</i> <i>“mais reduzidas”</i> <i>“graça”</i> <i>“mais corporal, mais gestual”</i> <i>“Menos texto”</i> <i>“texto seja mais pequeno”</i> <i>“Trabalhos pequeninos mais pequeninas”</i> <i>“Brincar”</i> <i>“Pequenas coisas”</i> <i>“textos mais curtos”</i> <i>“coisas que aprendemos na escola”</i> <i>“a postura do corpo, os gestos”</i> <i>“aprender”</i> <i>“comédia”</i></p>	<p>SR. ROBERTO - <i>Macacadas, cantar, coisas assim do género...Ou pequeninas coisas. Aquela fase de fazer com a D. Celeste, de fazer da carta, de abanar o rabo, coisas pequenas. Menos texto. Pequeninas coisas que seja fácil de decorar. E que seja mais por gestos e por macacadas...</i></p> <p>D. TERESA - <i>Coisas talvez mais pequenas e que tenhamos de decorar menos e que, por sua vez, até tem a sua graça. Coisas assim talvez mais reduzidas mas com a sua graça, com representação mais corporal, mais gestual até sei lá. Acho que sim. Menos texto... (risos).</i></p> <p>SR. JOSÉ - (...) <i>Que o texto seja mais pequeno. E estou pronto a continuar...não importa qual peça de teatro...</i></p> <p>D. GLÓRIA - <i>Trabalhos pequeninos e que não me faça brincar muito que eu não tenho jeito para brincar...</i></p> <p>D. CELESTE - <i>Brincar...brincar...brincar... (risos) Acho que tem lógica. E às vezes as coisas mais pequeninas são as que têm mais sabor...Acho que sabem melhor... Do que haver uns textos muito prolongados. Acho que faz mais sentido. É mais bem aceite. Pequenas coisas enquadradas umas nas outras...</i></p> <p><i>Do sardão, da carta... (Sr. Roberto).</i></p> <p><i>E aquela parte que nós começamos...que fizemos o...que neste caso não era o Meireles...Era o Ramoa. E que nós até fizemos aquilo muito engraçado, improvisado.</i></p> <p><i>Agora no papel...Menos texto...Embora eu no fim consegui. Prontos porque eu estou como a D. Teresa disse, não estudou muito. Eu também não estudei. Sou franca. Para o fim estudei...Para o fim estudei para fazer boa figura. Para fazer figura de Celeste, que a Celeste é muito empenhada naquilo que faz. Então eu ia ficar mal e eu não queria. (D. Celeste)</i></p> <p>SR. CASIMIRO - <i>Acho que sim...que as sugestões são essas. Portanto, para a nossa idade, acho que os textos mais curtos um bocadinho porque temos dificuldade em decorar e...Mas nós...se a gente estudar...se se amarrar um bocadinho, acho que conseguimos até... O que é preciso é estudar. Porque é como eu já disse: Eu nunca pensei na minha vida que ia decorar aquelas páginas todas. Mas insistindo, teimando consegue-se. Estamos aí para o que der e vier. (risos)</i></p> <p>D. HELENA - <i>A sugestão que eu faria (...) fazer coisas que aprendemos na escola...“O pucarinho”, por exemplo.</i></p> <p>D. LAURA - <i>A outra, olha eu apostava em novas formas de fazer teatro. Não digo novas formas no sentido de aprender a fazer mas sei lá, uma comédia, olha outras peças pronto. Até gostava...</i></p>
-------------------------	---	--	---